

## **SPRIJEČITI I SUZBITI ŠIRENJE COVID-19 NA RADNOM MJESTU – SMJERNICE**

### **Pripremite svoje radno mjesto za COVID-19**

U januaru 2020. godine Svjetska zdravstvena organizacija (SZO) je proglasila javnozdravstvenom vanrednom situacijom od međunarodnog značaja epidemiju novog koronavirusa, koja je počela u Kineskoj provinciji Hubei. Prijenos SARS-CoV-2 virusa, koji uzrokuje COVID-19, dešavao se u širokom rasponu i u radnom okružju, izvan bolničkog. Svi segmenti društva – uključujući poslodavce i uposlenike, moraju uzeti aktivno učešće kako bi spriječili prijenos virusa i zaštili ekonomiju i funkcioniranje društva.

### **Kako se širi COVID-19**

Kada osoba koja ima COVID-19 kašlje, kiše ili priča, oslobađa respiratorne kapljice. Većina ovih kapljica pada na najbliže površine i predmete kao što su radne površine, tolovi ili telefoni. Ljudi se mogu zaraziti sa COVID-19 dodirivanjem kontaminiranih površina ili predmeta kada nakon toga dodiruju svoje oči, nos, ili usta. Ako stoje unutar jednog metra udaljenosti od osobe koja ima virus COVID-19, mogu se zaraziti udisanjem kapljica koje su izbačene njihovim kašljem, kihanjem ili pričanjem. Većina osoba inficiranih sa COVID-19 ima blago izražene simptome i oporavljaju se. Međutim, u nekim slučajevima oboljenje može biti ozbiljnijeg oblika i zahtjeva bolnički tretman. Starije osobe, i osobe koje imaju oslabljeni imuni sistem, kronične bolesti kao što su dijabetes, srčane ili plućne bolesti, podložniji su mogućnosti da dobiju teži oblik ove bolesti.

### **Provođenje sigurnosnih i zdravstvenih mjera radi sprječavanja širenja COVID-19 na radnom mjestu**

Aktivnosti koje treba osigurati svim uposlenicima u svim radnim okružjima radi sprječavanja prijenosa COVID-19:

- Vakcinacija protiv COVID-19 uposlenika, kao i njihovih članova kućanstava, ključna su strategija koja će pomoći funkcioniranje u punom kapacitetu.
- Osigurajte da su na vašem radnom mjestu provodi rutinsko čišćenje i dezinfekcija. Očistiti i dezinficirati više puta dnevno prometna područja i dodirne tačke u zgradama kao što su ručke na vratima, slavine u toaletima i kuhinjama, prekidače za struju, tipke u liftovima, pultove za prijem stranaka. te druge dodirne površine koje koristi veći broj osoba.
- Površine čisti sapunom i vodom ili deterdžentom, nakon čega treba površine dezinficirati. Preporučuju se sredstva sa natrij hipokloritom (prema uputama proizvođača), alternativno alkohol 70-90% se može koristiti za dezinfekciju površina. Samo prskanje površina nije dovoljno, a može biti i potencijalno može izazvati štetne posljedice.

- Prostorije za sastanke, edukacije i druge prostore gdje se okuplja veći broj osoba očistiti nakon svakog sastanka.
- Stavite sredstva za dezinfekciju ruku na vidljiva mjesta svuda u radnim ustanovama, posebno na javna mjesta gdje ljudi imaju manje mogućnosti redovno prati ruke. Osigurati da se ova sredstva redovno nadopunjavaju.
- Za pranje ruku u toaletima osigurajte toplu tekuću vodu i sapun, kao i papirne ubruse za jednokratnu upotrebu.
- Promovirajte pravilno i redovno pranje ruku od strane uposlenika, partnera i klijenata.
  - Postaviti postere koji promoviraju pranje ruku.

Uputstvo o pravilnom pranju ruku postavite na vidljivom mjestu u toaletu. Uputstvo možete pronaći na ovim linkovima:

<https://www.zzjzfbih.ba>

<http://fmoh.gov.ba/index.php/novosti-iz-ministarstva/519-novi-koronavirus-2019-ncov>

- Redovitu prirodna ventilacija kao što je otvaranje prozora, koristiti kada je moguće i sigurno. Za mehaničku ventilaciju, povećati procenat vanjskog zraka i ukupni protok zraka. Osigurati rutinsko održavanje sistema ventilacije i stručnu podršku.
- Fizičko distanciranje: Uključiti mjere kako bi osigurali sigurnu fizičku distancu među uposlenicima (preporučuje se udaljenost od 1-2 metra, iako i to nije garancija u slabo ventiliranim prostorijama), regulirati ulaz drugih osoba, smanjiti mogućnost fizičkog okupljanja i društvenih događaja, osigurati kontrolu ulaska, napraviti oznake radi upravljanja redovima, napraviti vremenski raspored kako bi izbjegli stvaranja redova, ne određenim mjestima osigurati fizičke barijere kako bi smanjili napučenost radnog prostora, upravljati vremenom ulaska i izlaska kako bi spriječili stvaranje gužvi.
- Zajednički transport treba izbjegavati, koristiti alternative.
- Koristite telefone, video-konferencije i internet za poslovanje što je više moguće, kao zamjenu za sastanke.
- Kada su sastanci neophodni, organizirajte ih u što većim prostorijama, te ostavite dovoljan razmak (1-2 metra) između osoba.
- Osigurati uposlenicima zaštitnu opremu, ukoliko je potrebno provesti trening i monitoring njihovog korištenja. Medicinske i ne-medicinske maske se trebaju koristiti, u zatvorenim prostorijama ili kada nije moguće održati distancu sa klijentima ili suradnicima. Osobama koje pripadaju rizičnim skupinama se preporučuje stalno nošenje medicinskih maski. Posjetitelji ustanove trebaju obvezno nositi masku.

- Izbjegavati rukovanje i podsticati održavanje distance od najmanje 1 metar tokom razgovora.
- Promovirati dobru respiratornu higijenu u radnim prostorima
  - Npr, postaviti postere koji promoviraju respiratornu higijenu (kašljite i kišite u unutarnju stranu lakta ili maramicu koju odmah nakon upotrebe treba baciti). Komunicirajte ove mjere i drugim komunikacijskim kanalima koji su uobičajeni na vašem radnom mjestu ili načinu poslovanja (sastanak, brifinzi).
- Sva bespotrebna putovanja u zemlje sa visokom incidencom COVID-19 treba izbjegavati. Svim uposlenicima koji su se vratili sa putovanja izvan BiH podliježu mjerama prema važećoj Naredbi Kriznog stožera. Osigurajte da se ta mjera poštuje u vašoj organizaciji, to jest radnom mjestu.
- Redovno obavještavajte vaše uposlenike, partnere i klijente da svaka osoba koja ima simptome respiratorne bolesti koji odgovaraju COVID-19, treba ostati kući.

Kući trebaju ostati (ili raditi od kuće) i u slučaju kada uzimaju lijekove kao što su paracetamol/acetaminophen, ibuprofen ili aspirin, koji mogu prikriti simptome infekcije.

- Nastavite komunicirati i promovirati poruke o tome da ljudi trebaju ostati kući čak i kada imaju blage simptome virusa COVID-19.
- Postavite postere sa porukama na vašim radnim mjestima. Kombinirajte ove mjere sa drugim komunikacijskim kanalima koji su uobičajeni na vašem radnom mjestu ili načinu poslovanja.
- Informacije o COVID-19 možete pronaći na <https://www.zzjzfbih.ba/> .
- Osigurajte da vaša radna ustanova i svi uposlenici imaju dostupne najnovije informacije o područjima na kojima se širi virus COVID-19. Informacije se mogu naći na: <https://www.ecdc.europa.eu/en/geographical-distribution-2019-ncov-cases>

Suzbijanje epidemije na radnom mjestu ovisi o brzini identifikacije slučaja i praćenju i samo-izolaciji rizičnih kontakata.

### **Budite spremni ukoliko dođe porasta oboljevanja od COVID-19 u vašoj lokalnoj zajednici**

- Promovirajte regularni model rada na daljinu u vašoj radnoj ustanovi. Rad na daljinu može pomoći vašoj ustanovi da održi procese rada i da vaši uposlenici ostanu sigurni.
- Razviti plan sveobuhvatnog kontinuiranog procesa rada za slučaj pojave širenja COVID-19 u lokalnoj zajednici gdje funkcioniра vaša poslovna organizacija/ustanova.

- Plan treba da pripremi vašu organizaciju za slučaj širenja COVID-19 u vašoj lokalnoj zajednici.
  - Plan treba da obuhvata detalje kako da očuvate vaš proces rada čak i u slučaju kada značajan broj uposlenika, korisnika usluga ili snabdjevača nisu u stanju doći u vašu radnu ustanovu – bilo zbog lokalnih ograničenja o putovanju ili zato što su bolesni.
  - Komunicirajte sa vašim uposlenicima i korisnicima usluga o ovom planu i osigurajte da su svjesni šta trebaju ili ne trebaju raditi – u skladu sa planom. Naglasite ključne stvari kao što su izostanak s posla čak i u slučaju da imaju blage simptome ili uzimaju lakšu terapiju (npr. paracetamol, ibuprofen) koja može prikriti simptome.
- Informacije o aktuelnoj epidemiološkoj situaciji, naredbi i preporukama na području Federacije BiH možete pronaći na internet stranicama Federalnog ministarstva zdravstva i Zavoda za javno zdravstvo Federacije BiH: [www.fmoh.gov.ba](http://www.fmoh.gov.ba) i [www.zzjzfbih.ba](http://www.zzjzfbih.ba)