

## RECOMANDĂRI PENTRU LUCRĂTORI PRIVIND PREVENIREA RĂSPÂNDIRII INFECȚIEI CU COVID 19 LA LOCURILE DE MUNCĂ

Este timpul să prevenim răspândirea infecției cu COVID 19, inclusiv la locurile noastre de muncă!

Respectând măsurile de prevenire și protecție stabilite pentru locul de muncă unde vă desfășurați activitatea, vă protejați sănătatea și chiar viața, atât a propriei persoane, cât și pe cea a colegilor, a membrilor familiei și a celor din jur.

### ◆ **Asigurați-vă că locul de muncă este curat și igienic!**

- ✓ Curățați și dezinfecțați suprafețele (spre ex: birouri, mese) și obiectele pe care le atingeți frecvent (spre ex: telefoane, butoane, tastaturi)
- ✓ Îndepărtați obiectele care nu sunt necesare în desfășurarea activității, ale căror suprafețe pot fi contaminate
- ✓ Utilizați echipamentele de protecție (spre ex: mănuși) și materialele de dezinfectare puse la dispoziție de către angajator

**De ce?** Contaminarea suprafețelor reprezintă una dintre căile principale de răspândire a infecției cu COVID-19.

### ◆ **Spălați-vă des pe mâini cu apă și săpun!**

- ✓ Respectați indicațiile autorităților medicale privind modul corect de spălare a mâinilor
- ✓ Spălați-vă mâinile după terminarea fiecărei activități
- ✓ Utilizați materialele igienico-sanitare puse la dispoziție de către angajator
- ✓ Nu vă atingeți ochii, nasul, gura dacă nu aveți mâinile igienizate

**De ce?** Spălarea mâinilor îndepărtează virusul și previne propagarea infecției cu COVID-19.

### ◆ **Respectați instrucțiunile angajatorului și indicațiile autorităților medicale privind igiena respirației**

- ✓ Utilizați echipamentele de protecție (spre ex: măști) puse la dispoziție de către angajator, conform instrucțiunilor primite de la angajator
- ✓ Păstrați echipamentele de protecție în stare de curățenie și igienă, conform instrucțiunilor primite de la angajator
- ✓ Utilizați instalațiile de exhaustare a aerului, conform instrucțiunilor primite de la angajator
- ✓ Aerisiți des spațiile în care vă desfășurați activitatea (spre ex: birouri, ateliere)
- ✓ Acoperiți-vă nasul și gura când strănutați sau tușiți
- ✓ Evitați contactul cu persoane care suferă de infecții respiratorii acute

**De ce?** O bună igienă a respirației previne răspândirea infecției cu COVID-19

### ◆ **Respectați regulile stabilite de angajator în vederea evitării sau reducerii frecvenței interacțiunii între lucrători, precum și între lucrători cu alte persoane**

- ✓ Respectați programul de lucru stabilit de angajator pentru reducerea numărului de lucrători prezenți în același timp la locul de muncă
- ✓ Respectați modul de organizare al activității stabilit de angajator pentru reducerea cât mai mult a contactului între lucrători sau între aceștia cu alte persoane
- ✓ Utilizați echipamentele de protecție (spre ex: mănuși, combinezoane) puse la dispoziție de către angajator și păstrați curățenia și igiena acestora, conform instrucțiunilor primite
- ✓ Păstrați distanța față de alți lucrători sau persoane, conform instrucțiunilor angajatorului sau recomandărilor autorităților medicale, inclusiv în vestiare, toalete, săli de duș, locuri de luat masa, mijloacele de transport.
- ✓ Evitați deplasările de la locul de muncă în alte zone ale întreprinderii/unității sau înafara acesteia, dacă acestea nu sunt absolut necesare
- ✓ Evitați să staționați mult timp în zonele în care se află mulți lucrători sau multe persoane (spre ex: în locurile de fumat, holuri, locuri de luat masa)
- ✓ Evitați orice contact fizic cu alți lucrători sau altă persoane (spre ex: străngerile de mână)

**De ce?** Locurile aglomerate pot favoriza răspândirea infecției cu COVID-19

**Anunțați imediat șefii ierarhici despre orice situație legată de noul coronavirus!**