

Από: logistirio eoo <logistirioeoo@gmail.com>
Αποστολή: Τρίτη, 17 Νοεμβρίου 2020 1:25 μμ
Προς: Maria Menenakou; ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ
Θέμα: Fwd: Τεχνικός Ασφαλείας
Συνημμένα: TELEWORKING.doc; ΕΝΤΥΠΟ ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ.pdf

----- Forwarded message -----

Από: Γιάννης Αμοργιανός <gianiri@otenet.gr>
Date: Τρί, 17 Νοε 2020 στις 12:54 μ.μ.
Subject: Τεχνικός Ασφαλείας
To: <logistirioeoo@gmail.com>

Καλημέρα Σπύρο και σε παρακαλώ προώθησέ το.

Σε συνέχεια της ενημέρωσής σας σχετικά με την πανδημία, το πρώτο συνημμένο αφορά την τηλεργασία και είναι μελέτη της κυρίας Ιωάννας Αγγέλη, Ειδικού Ιατρού Εργασίας.

Το δεύτερο συνημμένο που αγορά την εγκύκλιο του υπουργείου εργασίας της 4/5/20 με θέμα << Μέτρα για την προστασία της υγείας και ασφάλειας των εργαζομένων στους χώρους εργασίας και την πρόληψη της διάδοσης του κορωνοϊού SARS-COV-2 κατά την άρση των περιοριστικών μέτρων >> προς το τέλος εμπεριέχει ένα έντυπο αυτοαξιολόγησης της εταιρείας πάντα επίκαιρο, ειδικά αυτή την περίοδο όπου η επαγρύπνηση όλων μας είναι ενισχυμένη λόγω της μεγάλης αύξησης των κρουσμάτων στους εργασιακούς χώρους. Δείτε αν λείπει κάτι που δεν κάναμε από το έντυπο αυτοαξιολόγησης.

Από την Παρασκευή 13 Νοεμβρίου όλες οι επιχειρήσεις του ιδιωτικού και δημόσιου τομέα θα πρέπει να έχουν ετοιμάσει έκθεση με το προσωπικό που εργάζεται στην επιχείρηση και τους εργαζόμενους που εργάζονται εξ αποστάσεως. (Πληροφορίες από επιστημονική ομάδα ΤΑΧΗΕΑΥΕΝ)

Αμοργιανός Γιάννης

6945899280



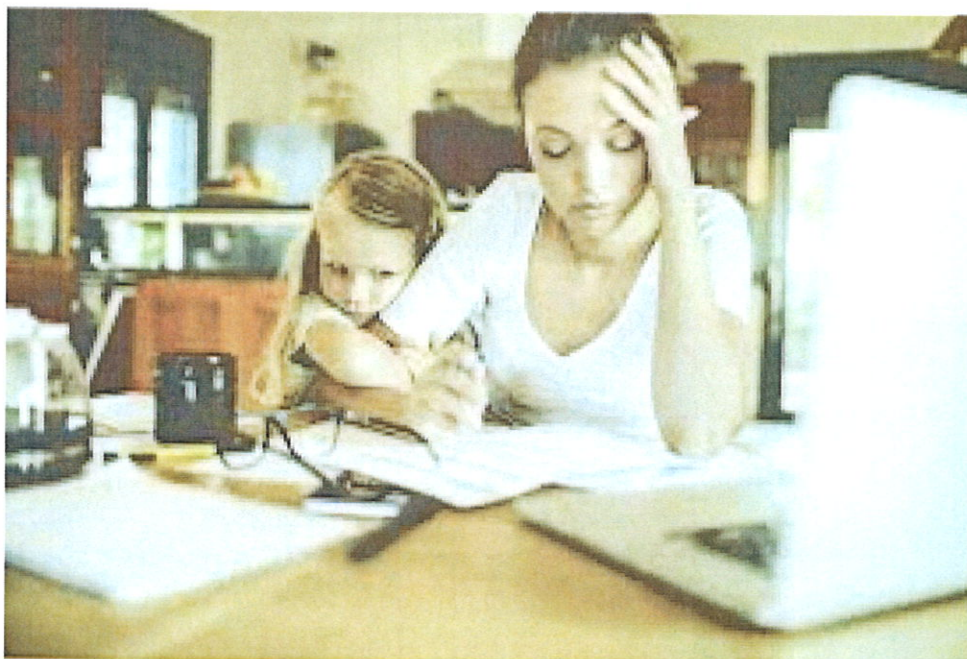
Η παγκόσμια εξάπλωση του COVID-19, του νέου κορωναϊού, επιφέρει πρωτόγνωρες αλλαγές στις ζωές των ανθρώπων. Έως σήμερα περισσότερο από το ένα τρίτο του παγκόσμιου πληθυσμού καλείται από τις δημόσιες αρχές να μείνει στο σπίτι για την καταπολέμηση της εξάπλωσης του Covid-19. Αυτό έχει επίσης άμεση επίδραση στον τρόπο που οι άνθρωποι εργάζονται καθώς πολλές επιχειρήσεις επιλέγουν την εφαρμογή συστήματος τηλεργασίας

Στη συνέχεια θα προσπαθήσουμε να τονίσουμε τα βασικά σημεία που πρέπει να λάβουμε υπόψη μας ώστε η εξ αποστάσεως εργασία αφενός να είναι αποδοτική και ευχάριστη και αφετέρου να μην επιβαρύνει την υγεία μας.

Οργάνωση της εργασίας

Όλοι όσοι εργάζονται εξ αποστάσεως πρέπει να καταλάβουν πότε να εργαστούν, πού να εργαστούν και πώς να δημιουργήσουν όρια μεταξύ της εργασίας και της προσωπικής ζωής. Αυτό θα βοηθήσει στην παραγωγικότητα αλλά και στην αύξηση της ικανοποίησης από την εργασία μειώνοντας παράλληλα το εργασιακό στρες από τον νέο τρόπο εργασίας. Ορισμένες χρήσιμες συμβουλές είναι:

- Δημιουργήστε ένα συγκεκριμένο χώρο εργασίας στο σπίτι με κατάλληλα χαρακτηριστικά γιατί αυτό έχει ιδιαίτερη σημασία για την παραγωγικότητα σας. Αποφύγετε να εργάζεστε στο κρεβάτι
- Ορίστε τους βασικούς κανόνες με όσους μοιράζονται το χώρο σας όταν εργάζεστε. Αν έχετε παιδιά, χρειάζονται σαφείς κανόνες για το τι μπορούν και δεν μπορούν να κάνουν κατά τη διάρκεια της εργασίας σας
- Βεβαιωθείτε ότι διαθέτετε όλα τα εργαλεία που χρειάζεστε: τους σωστούς φορητούς υπολογιστές, την πρόσβαση στο δίκτυο, τους κωδικούς πρόσβασης και τις οδηγίες για την απομακρυσμένη σύνδεση. Επενδύστε σε ποιοτική τεχνολογία και σε μια γρήγορη σύνδεση στο διαδίκτυο
- Το ωράριο εργασίας σας πρέπει να είναι σαφές ώστε να μην χάνετε την συγκέντρωσή σας στο στόχο. Δεν χρειάζεται να είναι συνεχόμενο 8ωρο
- Δημιουργήστε ένα γενικό πλάνο με τους στόχους σας και ένα πρόγραμμα με τις εργασίες που πρέπει να ολοκληρωθούν σε καθορισμένα χρονικά διαστήματα. Ακολουθώντας μείνετε προσκολλημένοι στην τήρηση του προγράμματός σας ώστε να μειωθεί το στρες σας και να αισθανεσθε παραγωγικοί. Εκτός της τήρησης ενός προγράμματος, πολύ σημαντικό είναι το ξύπνημα και η έναρξη της εργασίας σε μια συγκεκριμένη ώρα
- Ελαχιστοποιήστε τους περισπασμούς και θορύβους από άλλους ξεχωρίζοντας το χώρο εργασίας σας από τον προσωπικό σας χώρο όσο το δυνατόν περισσότερο. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα ζευγάρι ακουστικών ακύρωσης θορύβου για να αποκλείσετε τους ήχους
- Και στο σπίτι το εργασιακό burnout παραμονεύει, για αυτό οφείλετε να βρείτε τη χρυσή τομή ανάμεσα στη δουλειά και στον ελεύθερο χρόνο
- Αποφύγετε την τηλεόραση, τα κοινωνικά δίκτυα και κάθε άλλο ψηφιακό περισπασμό, ώστε να μπορείτε να εστιάσετε στη δουλειά σας και να μείνετε πιστοί στον προγραμματισμό σας
- Προσδιορίστε τα χρονικά διαστήματα που μπορείτε να λαμβάνετε κλήσεις ή να απαντάτε σε μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου / μηνύματα. Καθορίστε ένα ωράριο εργασίας ακριβώς όπως θα συνέβαινε αν πηγαίνατε στο γραφείο
- Κοινωνικοποιηθείτε. Το chat με τους συναδέλφους σας σας κρατά σε επαφή μαζί τους και με την εργασία σας. Χρησιμοποιήστε εργαλεία ψηφιακής συνεργασίας για να επικοινωνείτε καθημερινά με τους συνεργάτες σας στην εταιρεία.



Προσοχή στην εργονομία

Οργανώστε το χώρο σας με γνώμονα την εργονομία και τη λειτουργικότητα. Είναι σημαντικό να επενδύσετε στην αγορά μιας ποιοτικής καρέκλας με ανατομικά χαρακτηριστικά η οποία θα παρέχει στήριξη στην μέση σας, υποβραχιόνια, και δυνατότητα ρύθμισης ύψους και κλίσης κατά τον κατακόρυφο και κατά τον οριζόντιο άξονα, ώστε να προσαρμόζεται στο σωματότυπο σας με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

Κατά την εργασία σε καθιστή στάση σε χώρο γραφείου θα πρέπει κανείς να μπορεί να φτάνει όλο τον χώρο εργασίας του χωρίς να χρειάζεται να τεντώνεται ή να στριφογυρίζει. Σωστή καθιστή στάση σημαίνει ότι το άτομο κάθεται ακριβώς μπροστά και κοντά στο σημείο που εκτελείται η εργασία. Το τραπέζι και η καρέκλα εργασίας πρέπει να είναι σχεδιασμένα έτσι ώστε η επιφάνεια πάνω στην οποία γίνεται η εργασία να είναι περίπου στο ίδιο ύψος με τους αγκώνες, η πλάτη να είναι ίσια και οι ώμοι χαλαροί.

Επιπλέον είναι απαραίτητο να υπάρχει αρκετός χώρος για τα πόδια ο οποίος να επιτρέπει την ελεύθερη αλλαγή της στάσης τους. Το ύψος του καθίσματος είναι πιο κατάλληλο όταν οι πατούσες ακουμπούν στο πάτωμα οριζόντια.

Η οθόνη του υπολογιστή πρέπει να είναι ακριβώς ευθεία μπροστά μας, σε τέτοιο ύψος ώστε τα μάτια μας να βρίσκονται στο ύψος του πάνω μέρους της οθόνης και σε απόσταση που να μπορούμε να την ακουμπούμε με τα δάκτυλά μας

Το γραφείο πρέπει να βρίσκεται στο κατάλληλο ύψος, ώστε οι πήχεις σας να χρησιμοποιούν άνετα το πληκτρολόγιο, σχηματίζοντας μια γωνία 70 με 90 μοίρες σχετικά με το σώμα σας.



Εικόνα 1: Εργονομική θέση εργασίας

Τα μάτια, καταπονούνται από τη μακροχρόνια χρήση του υπολογιστή με αποτέλεσμα να δακρύζουν, να τσούζουν και να αισθανόμαστε πονοκέφαλο. Φροντίστε όταν εργάζεστε μπροστά στην οθόνη να κοιτάζετε συχνά μακριά (οπτικά διαλείμματα ανά 20λεπτο, ώστε να χαλαρώνουν οι οφθαλμοκινητικοί μύες). Αν γίνεται συχνή χρήση του τηλεφώνου μπορεί να οδηγήσει σε καταπόνηση των μυών του λαιμού και της πλάτης, γι' αυτό φροντίστε να προμηθευτείτε ακουστικά και μικρόφωνο που εφαρμόζει στο κεφάλι. Κάντε δεκάλεπτα διαλείμματα για κάθε ώρα που εργάζεστε μπροστά στον υπολογιστή σας. Κινηθείτε, αλλάξτε στάση και θέση στα πόδια σας, αποφύγετε στατικές θέσεις για πολλή ώρα.

Διαμορφώστε τον χώρο εργασίας σας ώστε να είναι άνετος, ευχάριστος, με επαρκή χώρο για να εργάζεστε και να κινήστε με ασφάλεια. Ο επαρκής φωτισμός είναι ιδιαίτερα σημαντικός, είτε είναι φυσικός, είτε τεχνητός. Αποφύγετε να τοποθετείτε τον υπολογιστή σας μπροστά ή απέναντι από παράθυρα ώστε να αποφεύγονται οι αντανακλάσεις και να έχετε επαρκή αντίθεση στην οθόνη σας.

Φροντίστε ο χώρος που εργάζεστε να έχει άνετη θερμοκρασία και επαρκή αερισμό.

Τα laptop δεν σχεδιάστηκαν για να δουλεύουμε για πολύ ώρα σε αυτά, καθώς η κάμψη του αυχένα θα σας προκαλέσει πόνο, ζάλη και κούραση. Προτιμήστε ένα desktop υπολογιστή, ή χρησιμοποιείτε βάση για το laptop σας, ώστε η οθόνη του να βρίσκεται στο ύψος των ματιών σας όταν εργάζεστε.

Ντυθείτε με άνετα ρούχα που να επιτρέπουν στο σώμα σας να αερίζεται, αλλά μην εργάζεστε με τις πιτζάμες. Η κατάλληλη για την περίσταση ενδυμασία σας βοηθά να είστε πιο αποδοτικοί και παραγωγικοί.

Αφιερώστε καθημερινά προσωπικό χρόνο για άσκηση, χαλάρωση ή κάποιο χόμπι που θα βοηθήσει την ψυχική υγεία σας και θα σας αναζωογονήσει

Αν πρέπει να παραλαμβάνετε έντυπα ή αλληλογραφία τηρήστε τους κανόνες του πλυσίματος των χεριών ή της χρήσης γαντιών μιας χρήσης. Θυμηθείτε ότι ο κορωνοϊός μπορεί να παραμένει πάνω στο χαρτί για πολλές ώρες πριν αδρανοποιηθεί

Τουλάχιστον μια φορά τη μέρα κάντε διατάσεις όπως δείχνουν οι παρακάτω εικόνες:



Εικόνα 2: Ασκήσεις διατάσεων για όσους εργάζονται στο σπίτι

Προσοχή στην διατροφή

Ο σημαντικότερος παράγοντας που διαμορφώνει ένα ισχυρό ανοσοποιητικό σύστημα είναι η υγιεινή διατροφή, όπως έχει καταδείξει πληθώρα επιστημονικών μελετών.

Τα επεξεργασμένα τρόφιμα κατά τη βιομηχανική παραγωγή τους, χάνουν πολύ μεγάλο ποσοστό των θρεπτικών συστατικών τους. Συντηρητικά, χημικά πρόσθετα μειώνουν σημαντικά τη θρεπτική αξία των τροφίμων διότι καταστρέφουν τις βιταμίνες και τα ιχνοστοιχεία που περιέχουν. Τα φυσικά τρόφιμα είναι οι καλύτερες πηγές θρεπτικών συστατικών, καθώς τα παρέχουν σε μοναδικούς συνδυασμούς. Οι αυστηρές δίαιτες πολύ χαμηλών θερμίδων, λόγω της έλλειψης ενέργειας και ζωτικών θρεπτικών συστατικών καταπονούν το ανθρώπινο ανοσοποιητικό σύστημα και αυξάνουν το ρίσκο προσβολής από κάποια ίωση. Μην παραλείπετε το πρωινό και τα ενδιάμεσα γεύματα. Προτιμήστε μικρά και συχνά γεύματα.

Μια ισορροπημένη διατροφή πρέπει να περιλαμβάνει ικανές ποσότητες από φρούτα και λαχανικά, ώστε να προσλαμβάνονται οι ποσότητες βιταμινών C, A και E, περιέχει άπαχο κρέας, ψάρι, γαλακτοκομικά χαμηλά σε λιπαρά, όσπρια, προϊόντα ολικής αλέσεως και

ξηρούς καρπούς. Επιπλέον η πρόσληψη τουλάχιστον 2 λίτρα ημερησίως υγρών είναι απαραίτητη για την αποφυγή αφυδάτωσης.

Εργασία από το σπίτι και ψυχική υγεία

Η εργασία από το σπίτι μπορεί να επιφέρει σημαντικές επιπτώσεις και στη ψυχική υγεία, δημιουργώντας αίσθημα μοναξιάς και απομόνωσης που επιτείνεται όταν η εργασία είναι μονότονη και χωρίς ποικιλία. Η έλλειψη της καθημερινής φυσικής αλληλεπίδρασης μπορεί σε ορισμένες περιπτώσεις να μετατρέψει έναν παραγωγικό και κινητοποιημένο εργαζόμενο σε κουρασμένο, ευερέθιστο και μη κοινωνικό εργαζόμενο. Το άγχος και η μοναξιά της εργασίας από το σπίτι μπορεί να επιδεινώσει μια προϋπάρχουσα ψυχική παθολογική κατάσταση από την έλλειψη καθημερινής άμεσης επικοινωνίας και φυσικής παρουσίας άλλων προσώπων.

Εξάλλου, η εργασία από το σπίτι απαιτεί σοφή διαχείριση χρόνου και δεξιότητες στην αντιμετώπιση σύνθετων προβλημάτων π.χ. πληροφορικής ή εξυπηρέτησης πελατών που συνήθως στην συμβατική καθημερινή μας εργασία λύνονται δια ζώσης και με την άμεση επαφή. Η επίλυση και η διαχείριση όλων αυτών των θεμάτων εξ' αποστάσεως μπορεί φθείρει ψυχολογικά οποιονδήποτε. Έτσι εκτός από τη διατήρηση της σωματικής μας υγείας και την υιοθέτηση υγιεινών συνηθειών διατροφής, θα πρέπει μεριμνήσουμε για την προαγωγή της ψυχικής υγείας. Οι ακόλουθες υποδείξεις μπορεί να αποδειχθούν ιδιαίτερα υποβοηθητικές:

1. Διαχωρίστε το χώρο εργασίας από την υπόλοιπη ζωή στο σπίτι. Κάντε το χώρο αυτό ευχάριστο, προσαρμόστε τον στα δικά σας γούστα.
2. Δημιουργήστε ένα ευέλικτο και ευχάριστο πρόγραμμα της εργασίας σας που θα σας κάνει να αποφύγετε την ρουτίνα. Η καλύτερη οργάνωση των ενεργειών και των καθηκόντων και η σαφής περιγραφή των στόχων της ημέρας, θα σας εξασφαλίσει την απαραίτητη ψυχική ευεξία καθώς θα επιτυγχάνετε τους στόχους σας στο τέλος της.
3. Κάνετε διαλείμματα. Αφήστε χρόνο για να ξεφύγετε από όλες τις μορφές ψηφιακών οθονών και εικονικής πραγματικότητας. Δώστε χρόνο στα μάτια σας, στο λαιμό, στους ώμους σας αλλά κυρίως στο μυαλό σας να ξεκουραστεί και να χαλαρώσει.
4. Συμπεριλάβετε στην καθημερινότητα σας στιγμές ψυχαγωγίας, όπως και δραστηριότητες που τονώνουν άλλα ενδιαφέροντα σας, πέρα από την εργασία. Ακούστε τη μουσική που σας αρέσει, εστιάστε έστω και για λίγα λεπτά κάθε μέρα, στα χόμπι σας, στις ευχάριστες ασχολίες σας και οτιδήποτε άλλο σας χαλαρώνει.
5. Περάστε χρόνο με τα αγαπημένα σας πρόσωπα. Η υποστήριξη από τους αγαπημένους σας ανθρώπους, το οικογενειακό σας περιβάλλον και τους φίλους σας είναι ζωτικής σημασίας. Δείτε τους εξ αποστάσεως, μέσω βιντεοκλήσης ή άλλων μέσων, όταν δεν είναι εφικτή ή δεν επιτρέπεται η δια ζώσης επαφή.
6. Συμβουλευτείτε ένα επαγγελματία ψυχικής υγείας ή και τον Ειδικό Ιατρό Εργασίας της επιχείρησής σας, ώστε να σας συμβουλέψει κατάλληλα για κάθε πρόβλημα υγείας που μπορεί να αντιμετωπίζετε στην εργασία σας ή εξαιτίας αυτής.



ΑΝΑΡΤΗΤΕΑ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΥΠΟΘΕΣΕΩΝ
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΚΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ, ΥΓΕΙΑΣ &
ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΕΝΤΑΞΗΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΥΓΕΙΑΣ & ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ
ΣΩΜΑ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Αθήνα, 4 Μαΐου 2020

Αρ. πρωτ.: 17312/Δ9. 506

ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ

Ταχ. Δ/ση: Σταδίου 29
Ταχ. Κώδικας : 10110 ΑΘΗΝΑ
Πληροφορίες : 2131516564 – 565 - 346 - 560 (Δ/ση Υγείας &
Ασφάλειας στην Εργασία)
2105289111 – 182 -183 - 268 (Σώμα Επιθεώρησης
Εργασίας)

ΠΡΟΣ: Ως ο Πίνακας διανομής

Email: asfaleiaygeia@ypakp.gr, kysepetye@ypakp.gr

Θέμα: Μέτρα για την προστασία της υγείας και ασφάλειας των εργαζομένων στους χώρους εργασίας και την πρόληψη της διάδοσης του κορωνοϊού SARS-COV-2 κατά την άρση των περιοριστικών μέτρων

A. ΓΕΝΙΚΑ

Σκοπός της παρούσας εγκυκλίου είναι η καθοδήγηση τόσο των επιχειρήσεων των οποίων η λειτουργία, στο πλαίσιο της τρέχουσας πανδημίας, ανεστάλη ολικώς ή εν μέρει, όσο και αυτών που τελούν ήδη σε λειτουργία, ως προς τη λήψη ή τη διατήρηση ή/και βελτίωση ήδη υφιστάμενων μέτρων και πρακτικών πρόληψης και ελέγχου της διασποράς του κορωνοϊού SARS COV -2, προκειμένου αφενός να προστατευθεί η υγεία των εργαζομένων και του ευρύτερου κοινωνικού συνόλου και αφετέρου να διασφαλισθεί η απρόσκοπτη λειτουργία τους.

Τα παρακάτω μέτρα και συναφείς οδηγίες εκκινούν από τις βασικές αρχές και πρόνοιες του υφιστάμενου θεσμικού πλαισίου για την προστασία της υγείας και ασφάλειας των εργαζομένων, ιδίως δε του Κώδικα Νόμων για την Υγεία & Ασφάλεια των Εργαζομένων (ΚΝΥΑΕ), ν.3850/2010 (ΦΕΚ 84 Α'), καθώς και τις οδηγίες και κατευθύνσεις του ΕΟΔΥ, της Εθνικής Επιτροπής Προστασίας Δημόσιας Υγείας και αποφάσεις αρμοδίων φορέων, ιδίως δε της κ.υ.α. Δ1α/ΓΠ.οικ.27815/03.05.2020 (ΦΕΚ 1647 Β'). Επισημαίνεται ότι η νομοθεσία για την υγεία και ασφάλεια των εργαζομένων εφαρμόζεται, εφόσον δεν ορίζεται αλλιώς, σε όλες τις επιχειρήσεις, εγκαταστάσεις, εκμεταλλεύσεις και εργασίες του ιδιωτικού και του δημόσιου τομέα και για κάθε εργαζόμενο που απασχολείται από τον εργοδότη με οποιαδήποτε σχέση εργασίας, περιλαμβανομένων των ασκούμενων και μαθητευόμενων, σύμφωνα δε με αυτή ο εργοδότης υποχρεούται να διασφαλίζει την υγεία και ασφάλεια των εργαζομένων ως προς όλες τις πτυχές της εργασίας.

B. ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ & ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

Σύμφωνα με τη νομοθεσία για την υγεία και ασφάλεια των εργαζομένων, ο εργοδότης στο πλαίσιο των πάγιων υποχρεώσεων του και σε συνεργασία με τον Τεχνικό Ασφάλειας και τον Ιατρό Εργασίας (όπου προβλέπεται απασχόληση αυτού) οφείλει να εντοπίζει, να εκτιμά και να αξιολογεί τους κινδύνους στο χώρο εργασίας και να προβαίνει στη λήψη των κατάλληλων μέτρων πρόληψης και προστασίας. Η παρούσα εγκύκλιος και το συνημμένο «Έντυπο αυτό-αξιολόγησης επιχείρησης αναφορικά με τη λήψη μέτρων πρόληψης της διάδοσης του κορωνοϊού SARS-COV-2», έχουν σκοπό τον αντίστοιχο εντοπισμό, εκτίμηση, και αξιολόγηση του ειδικού κινδύνου που συνδέεται με τη διάδοση του κορωνοϊού SARS-COV-2, καθώς και τη λήψη των συναφών μέτρων πρόληψης για την ολοκληρωμένη προστασία των εργαζομένων, ώστε να επικαιροποιείται η γραπτή εκτίμηση επαγγελματικού κινδύνου που κάθε εργοδότης έχει υποχρέωση να διαθέτει.

Επισημαίνεται ο σημαντικός ρόλος του **ιατρού εργασίας** (σε όποιες επιχειρήσεις προβλέπεται η απασχόληση του) μέσω των θεσμικών υποχρεώσεων του για παροχή υποδείξεων και συμβουλών στον εργοδότη, στους εργαζομένους και στους εκπροσώπους τους, σχετικά με τα μέτρα που πρέπει να λαμβάνονται για τη σωματική και ψυχική υγεία των εργαζομένων.

Επίσης σημαντικό ρόλο στην παρούσα φάση διαδραματίζει ο θεσμός της **διαβούλευσης** του εργοδότη με τους εκπροσώπους των εργαζομένων για θέματα υγείας και ασφάλειας στην εργασία, καθώς και τις Επιτροπές Υγείας και Ασφάλειας των εργαζομένων ή και τους ίδιους τους εργαζόμενους όπου δεν υπάρχουν εκπρόσωποί τους, μέσω της ενθάρρυνσης για υποβολή σχετικών προτάσεων και της συστηματικής συνεργασίας για τη λήψη κι επίβλεψη αποτελεσματικών μέτρων πρόληψης.

Τονίζεται ότι τα μέτρα για την υγεία, την ασφάλεια και την υγιεινή κατά την εργασία σε καμία περίπτωση δεν συνεπάγονται την οικονομική επιβάρυνση των εργαζομένων.

Τα ειδικά μέτρα πρόληψης διακρίνονται σε τέσσερις κατηγορίες: α) **Οργανωτικά μέτρα**, β) **Μέτρα ατομικής υγιεινής και μέσα ατομικής προστασίας**, γ) **Περιβαλλοντικά μέτρα** καθώς και δ) **Παρακολούθησης της υγείας των εργαζομένων** (επισημαίνεται ότι οι τρεις πρώτες κατηγορίες μέτρων περιγράφονται αναλυτικά και στις Κατευθυντήριες Οδηγίες με τίτλο «**Κορωνοϊός (SARS-CoV-2) Οδηγίες και μέτρα πρόληψης σε εργασιακούς χώρους**» που εκδόθηκαν από κοινού με το Ελληνικό Ινστιτούτο Υγιεινής & Ασφάλειας Εργασίας (ΕΛΙΝΥΑΕ) και οι οποίες εξακολουθούν να ισχύουν).

B1. Οργανωτικά μέτρα

Τα μέτρα θα πρέπει να λαμβάνονται σύμφωνα με τις γενικές αρχές πρόληψης των κινδύνων στην εργασία.

1. **Τήρηση των απαιτήσεων «απόστασης», μέσω της λήψης οργανωτικών μέτρων.** Οι θέσεις εργασίας, εφόσον είναι εφικτό, θα πρέπει να απέχουν μεταξύ τους ασφαλή απόσταση, καθώς επίσης θα πρέπει να αποφεύγεται ο συνωστισμός με την τήρηση της απαιτούμενης απόστασης μεταξύ εργαζομένων ή/και τρίτων και του προβλεπόμενου συνολικού αριθμού ατόμων ανά μονάδα επιφανείας, σύμφωνα με τις κατά περίπτωση (κλάδο οικονομικής δραστηριότητας) ειδικές οδηγίες/κατευθύνσεις του ΕΟΔΥ της Εθνικής Επιτροπής Προστασίας Δημόσιας Υγείας και αποφάσεις αρμοδίων φορέων.

2. Για το σκοπό αυτό, οι επιχειρήσεις μπορούν να προβαίνουν σε μέτρα, όπως ενδεικτικά :

- ✓ Εξέταση της εισαγωγής τρόπων οργάνωσης του χρόνου εργασίας, σύμφωνα με την υφιστάμενη νομοθεσία, για τη σταδιακή προσέλευση και αποχώρηση των εργαζομένων, ώστε να περιοριστεί ο αριθμός των εργαζομένων που βρίσκονται στο χώρο εργασίας, αλλά και ο συνωστισμός στα μέσα μαζικής μεταφοράς.
- ✓ Εξέταση της υιοθέτησης μεθόδων οργάνωσης της εργασίας, σύμφωνα με την υφιστάμενη νομοθεσία, συμπεριλαμβανομένης της εξ αποστάσεως εργασίας, στο βαθμό που αυτό είναι οργανωτικά και τεχνικά εφικτό (π.χ. με χρήση τεχνολογιών πληροφορικής και επικοινωνιών, κ.λπ.).
- ✓ Αναδιοργάνωση θέσεων εργασίας ή τροποποίηση παραγωγικής διαδικασίας ή λήψη τεχνικών μέτρων, στις περιπτώσεις που οι θέσεις εργασίας γειτνιάζουν μεταξύ τους ή με τις θέσεις πελατών - εξυπηρετούμενων, συνεργατών κ.λπ., όπως π.χ. η τοποθέτηση προστατευτικών διαχωριστικών τύπου π.χ. Plexiglas, οριοθέτηση χώρου με ταινία, σήμανση στο έδαφος προς υπενθύμιση της απαιτούμενης απόστασης ασφάλειας κ.λπ.
- ✓ Πραγματοποίηση συνεργασιών και εκδηλώσεων (σεμινάρια, ημερίδες, συμπόσια κ.λπ.) με εναλλακτικούς τρόπους (όπως π.χ. τηλεφωνική επικοινωνία, e-mail, τηλεδιάσκεψη κ.λπ.) στον βαθμό που είναι εφικτό. Στην περίπτωση που δεν είναι εφικτό οι συναντήσεις να γίνονται με τον ελάχιστο αριθμό ατόμων σε καλά αεριζόμενο χώρο και με τη μεγαλύτερη οικονομία χρόνου.
- ✓ Ρύθμιση της πρόσβασης σε κοινόχρηστους χώρους όπως π.χ. χώροι διαλειμμάτων, ανάπαυσης, αποδυτήρια, λουτρά, τουαλέτες, χώροι εστίασης εντός της επιχείρησης, κ.λπ., με στόχο την αποφυγή συνωστισμού και την τήρηση του κριτηρίου της ασφαλούς απόστασης.

Στο πλαίσιο επαναλειτουργίας επιχείρησης που είχε ανασταλεί η λειτουργία της είτε με κρατική εντολή είτε αυτοβούλως, και εφόσον απαιτείται η λήψη μέτρων αναδιοργάνωσης της εργασίας και αναδιάταξης των εργασιακών χώρων, αυτά πρέπει να έχουν υλοποιηθεί, κατά το δυνατόν, πριν την επάνοδο του συνόλου των εργαζομένων.

Ο εργοδότης υποχρεούται να επιβλέπει/ρυθμίζει την προσέλευση τρίτων (π.χ. πελατών, συνεργατών, διανομέων, κ.λπ.) στο χώρο εργασίας, ώστε να αποφεύγεται ο συνωστισμός και να εξασφαλίζεται η τήρηση των απαιτούμενων αποστάσεων και η χρήση μέσων προστασίας (π.χ. μάσκες), σύμφωνα με τις κατά περίπτωση ειδικές οδηγίες/κατευθύνσεις του ΕΟΔΥ της Εθνικής Επιτροπής Προστασίας Δημόσιας Υγείας και αποφάσεις αρμοδίων φορέων.

3. Συνεχής ενημέρωση των εργαζομένων, με οποιοδήποτε πρόσφορο τρόπο, όπως π.χ. προφορική ενημέρωση, ανάρτηση αφισών, διαδικτυακά κ.λπ. Στο πλαίσιο της ενημέρωσης ιδιαίτερη έμφαση δίδεται στις απαιτούμενες ενέργειες των ίδιων των εργαζομένων σε περίπτωση ανάπτυξης ύποπτων συμπτωμάτων, όπως είναι η άμεση ενημέρωση του εργοδότη για την πρόληψη της διασποράς του SARS COV-2 και η προβλεπόμενη απομόνωση. Ειδικά για την περίπτωση επιστροφής εργαζομένων στην εργασία η ενημέρωση γίνεται κατά την πρώτη ημέρα προσέλευσης.
4. Επιπλέον, συστήνεται η εν γένει κατά προτίμηση χρήση κλιμάκων και αποφυγή χρήσης ανελκυστήρων, καθώς και η συμμόρφωση σε σχετικές εξειδικευμένες οδηγίες του ΕΟΔΥ και αρμόδιων φορέων.

B2. Μέτρα ατομικής υγιεινής και μέσα ατομικής προστασίας

Υποχρεώσεις εργοδοτών:

Θεωρείται απαραίτητο ο εργοδότης να λάβει μέτρα για την εφαρμογή ορθών πρακτικών ατομικής υγιεινής (τόσο από τους εργαζόμενους, όσο και από τους τρίτους) στο χώρο εργασίας, και να επιβλέπει τη συνεχή εφαρμογή τους, όπως:

- ✓ Ενημέρωση και παρότρυνση των εργαζομένων και των τρίτων για συμμόρφωση με τις ορθές πρακτικές ατομικής και αναπνευστικής υγιεινής (πλύσιμο - καθαρισμός χεριών, κάλυψη μύτης και στόματος κατά τη διάρκεια βήχα ή φταρνίσματος με χαρτομάντηλο κ.λπ.).
- ✓ Παροχή κατάλληλων εγκαταστάσεων όπως νιπτήρες και απαιτούμενων υλικών - μέσων, όπως αντισηπτικά διαλύματα (σε μορφή υγρού, αφρού, γέλης, εμποτισμένα μαντηλάκια) στους εργαζομένους και τοποθέτηση κατάλληλων μηχανισμών για αντισηψία των χεριών στις εξόδους/εισόδους και στους κοινόχρηστους χώρους της επιχείρησης, με έμφαση στις περιπτώσεις που οι εργαζόμενοι έρχονται σε επαφή με το ευρύ κοινό.
- ✓ Παροχή στους εργαζόμενους των κατάλληλων μέσων ατομικής προστασίας (ΜΑΠ) (μάσκες, κλπ), σύμφωνα με τις κατά περίπτωση ειδικές οδηγίες/κατευθύνσεις του ΕΟΔΥ, της Εθνικής Επιτροπής Προστασίας Δημόσιας Υγείας και αποφάσεις αρμοδίων φορέων. Επισημαίνεται η ευθύνη του εργοδότη για την εκπαίδευση των εργαζομένων, για την ασφαλή χρήση και την επίβλεψη χρήσης των ΜΑΠ.

Υποχρεώσεις εργαζομένων:

Οι εργαζόμενοι θα πρέπει εφαρμόζουν ορθές πρακτικές ατομικής και αναπνευστικής υγιεινής:

- ✓ Συχνό πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, και οπωσδήποτε πριν και μετά από το φαγητό και μετά από επίσκεψη στην τουαλέτα. Εναλλακτικά, χρήση αντισηπτικών με αλκοόλη.
- ✓ Κάλυψη της μύτης και του στόματος κατά τη διάρκεια βήχα ή φταρνίσματος με χαρτομάντιλο / εναλλακτικά στο μέσα μέρος του αγκώνα.
- ✓ Απόρριψη χαρτομάντιλων ή άλλων υλικών ατομικής υγιεινής ή μέσων που χρησιμοποιήθηκαν για την απολύμανση των επιφανειών εργασίας, σύμφωνα με τις οδηγίες της επιχείρησης.

Επιπλέον, στις υποχρεώσεις των εργαζομένων, συμπεριλαμβάνονται τα εξής:

- ✓ Αποφυγή χειραψιών και γενικά στενής σωματικής επαφής.
- ✓ Τήρηση απόστασης από τους συναδέλφους τους ή τρίτους, χρήση μάσκας και τήρηση τυχόν άλλων μέτρων βάσει των εκάστοτε και κατά περίπτωση σχετικών οδηγιών του ΕΟΔΥ, της Εθνικής Επιτροπής Προστασίας Δημόσιας Υγείας και αποφάσεις αρμοδίων φορέων.
- ✓ Ενημέρωση εργοδότη σε περίπτωση συμπτωματολογίας συμβατής με λοίμωξη COVID-19 ή επαφής με πιθανό ή επιβεβαιωμένο κρούσμα.

B3. Περιβαλλοντικά μέτρα

Τα περιβαλλοντικά μέτρα θεωρούνται απαραίτητα για τον περιορισμό της διασποράς του ιού και περιλαμβάνουν τα εξής:

- ✓ τον επαρκή αερισμό των εργασιακών χώρων και την τακτική συντήρηση των συστημάτων εξαερισμού – κλιματισμού. Ιδιαίτερη σημασία έχει ο φυσικός αερισμός των χώρων.
- ✓ τον καθαρισμό με απορρυπαντικά ή απολυμαντικά, τακτικά και οπωσδήποτε κατά την αλλαγή βάρδιας:
 - ο των υποδομών και των επιφανειών των χώρων εργασίας (δάπεδο, πόμολα, κουπαστές διακόπτες, κ.λπ.)
 - ο των κοινόχρηστων χώρων όπως χώροι διαλειμμάτων – ανάπαυσης, αποδυτήρια, τουαλέτες, λουτρά κ.λπ.
 - ο του εξοπλισμού εργασίας καθώς και των εργαλείων, συσκευών και αντικειμένων που χρησιμοποιούνται (τηλέφωνα, πληκτρολόγια, τηλεχειριστήρια, ανελκυστήρες, ανυψωτήρες κ.λπ.).
- ✓ την απολύμανση, σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ, χώρων όπου έχει εντοπιστεί πιθανό ή επιβεβαιωμένο κρούσμα της λοίμωξης COVID-19.
- ✓ τη διάθεση και την τοποθέτηση σκεπαστών κάδων απορριμμάτων, όπου θα απορρίπτονται αμέσως μετά τη χρήση του τα ΜΑΠ μιας χρήσης, καθώς και τα μαντιλάκια, χειροπετσέτες ή άλλα μέσα που χρησιμοποιήθηκαν για την απολύμανση των επιφανειών εργασίας, καθώς και είδη προσωπικής υγιεινής
- ✓ το συχνό καθαρισμό των ενδυμάτων εργασίας (φόρμες, ποδιές κ.λπ.) και των συνήθων μέσων ατομικής προστασίας που χορηγούνται (κράνη και υποδήματα ασφαλείας, γυαλιά, μέσα προστασίας της ακοής, άρβυλα κ.λπ.), καθώς και την ασφαλή αποθήκευσή τους. Επισημαίνεται η μέριμνα για αυστηρά προσωπική χρήση των συνήθων ΜΑΠ.

B4. Ειδικά μέτρα πρόληψης της διασποράς - Παρακολούθηση της υγείας των εργαζομένων

Τα μέτρα αποσκοπούν στην προστασία των εργαζομένων από τον κίνδυνο μετάδοσης του ιού εντός των χώρων εργασίας και ιδίως αυτών που έχουν αυξημένο κίνδυνο για σοβαρή λοίμωξη COVID-19:

- ✓ Σχεδιασμός διαδικασίας για τη διαχείριση ύποπτου κρούσματος στο χώρο εργασίας που περιλαμβάνει την ενημέρωση του εργοδότη, τη διαδικασία απομόνωσης, τη διαδικασία επικοινωνίας με ιατρό / ΕΟΔΥ, την ενημέρωση των συναδέλφων και των τρίτων που ήρθαν σε επαφή με το ύποπτο κρούσμα, κ.λπ.
- ✓ Προκειμένου να διασφαλίζεται στο μέγιστο δυνατό η προστασία της υγείας των εργαζομένων, ο εργοδότης λαμβάνει αυξημένα μέτρα προστασίας για τους εργαζόμενους που, σύμφωνα με τις οδηγίες και κατευθύνσεις του ΕΟΔΥ έχουν αυξημένο κίνδυνο για σοβαρή λοίμωξη COVID-19 (ευπαθείς ομάδες), καθώς και τους εργαζόμενους που νοσηλεύτηκαν για λοίμωξη COVID-19. Στα μέτρα αυτά περιλαμβάνονται, ενδεικτικά, η χωροταξική διευθέτηση, η αλλαγή θέσης εργασίας, η εξ αποστάσεως εργασία και κάθε άλλη, σύμφωνη με τις κείμενες διατάξεις και τις κατά περίπτωση ειδικές οδηγίες του ΕΟΔΥ, δυνατότητα.
Επισημαίνεται ότι σε κάθε περίπτωση και ιδίως όταν η επιχείρηση δεν έχει την υποχρέωση να απασχολεί ιατρό εργασίας, ο εργοδότης θα πρέπει να διαχειρίζεται τα εν λόγω θέματα με διακριτικότητα και εμπιστευτικότητα, διαφυλάσσοντας τα προσωπικά δεδομένα.
- ✓ Μέριμνα θα πρέπει επίσης να ληφθεί από τον εργοδότη για την αντιμετώπιση των προβλημάτων εργασιακού άγχους και ψυχικής υγείας που ενδέχεται να προκύψουν σε εργαζόμενους, λόγω της παρούσας συγκυρίας.

Γ. ΑΥΤΟ-ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ ΑΝΑΦΟΡΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΛΗΨΗ ΜΕΤΡΩΝ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΟΣΗΣ ΤΟΥ ΚΟΡΩΝΟΪΟΥ SARS-COV-2

Σε συνέχεια των ανωτέρω, επισυνάπτεται έντυπο αυτοαξιολόγησης της επιχείρησης προκειμένου οι επιχειρήσεις να διευκολυνθούν στη λήψη των κατάλληλων μέτρων πρόληψης της διάδοσης του κορωνοϊού SARS-COV-2 για την ολοκληρωμένη προστασία των εργαζομένων.

Συνημμένα: Έντυπο αυτό-αξιολόγησης επιχείρησης αναφορικά με τη λήψη μέτρων πρόληψης της διάδοσης του κορωνοϊού SARS-COV-2.

ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ:

1. Γραφείο κ. Υπουργού
2. Γραφείο κ. Γεν. Γραμματέως Εργασίας
3. Προϊστ. Γεν. Δ/σης Διοικητικών Υπηρεσιών και Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης
4. Γενικός Επιθεωρητής ΣΕΠΕ
5. Δ2

Η

ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ANNA ΣΤΡΑΤΙΝΑΚΗ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΔΙΑΝΟΜΗΣ

1. Κεντρικές Υπηρεσίες του Σ.ΕΠ.Ε.
2. Ειδικοί Επιθεωρητές του Σ.ΕΠ.Ε.
3. Όλες τις περιφερειακές υπηρεσίες του Σ.ΕΠ.Ε.
4. ΓΣΕΕ
5. ΣΕΒ
6. ΓΣΕΒΕΕ
7. ΣΕΤΕ
8. Ελληνική Συνομοσπονδία Εμπορίου & Επιχειρηματικότητας
9. Κεντρική Ένωση Επιμελητηρίων
10. ΑΔΕΔΥ
11. ΤΕΕ
12. Ένωση Ελλήνων Χημικών
13. ΚΕΔΕ
14. Π.Ο.Ε.- Ο.Τ.Α.
15. Μέλη του Σ.Υ.Α.Ε.
16. Βιοτεχνικό Επιμελητήριο Αθηνών
17. Εμπορικό και Βιομηχανικό Επιμελητήριο Αθηνών
18. Επαγγελματικό Επιμελητήριο Αθηνών
19. Επαγγελματικό Επιμελητήριο Θεσσαλονίκης
20. Πανελλήνιο Ιατρικό Σύλλογο
21. Ιατρικούς Συλλόγους
22. Εταιρεία Ιατρικής της Εργασίας και Περιβάλλοντος
23. Σωματείο Ειδικευμένων Ιατρών Εργασίας
24. Σύλλογο Τεχνικών Ασφάλειας Ελλάδος
25. Εξωτερικές Υπηρεσίες Προστασίας και Πρόληψης (ΕΞ.Υ.Π.Π.)
26. Εσωτερικές Υπηρεσίες Προστασίας και Πρόληψης (ΕΣ.Υ.Π.Π.)
27. Επιχειρήσεις Αφαίρεσης - Κατεδάφισης Αμιάντου (Ε.Α.Κ.)
28. Ελληνικό Ινστιτούτο Υγιεινής και Ασφάλειας της Εργασίας
29. Επιστημονική Ένωση Τεχνολογικής Εκπαίδευσης Μηχανικών (Ε.Ε.Τ.Ε.Μ.)
30. Κέντρα Εξυπηρέτησης Πολιτών

ΕΝΤΥΠΟ ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ		
ΑΝΑΦΟΡΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΛΗΨΗ ΜΕΤΡΩΝ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΟΣΗΣ ΤΟΥ ΚΟΡΩΝΟΪΟΥ SARS-COV-2		
ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ:		
<u>Αριθμός εργαζομένων:</u>		
<u>ΚΑΔ:</u>		
<u>Επιφάνεια κυρίως χώρου εργασίας:</u>		
A. ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ	ΝΑΙ	ΟΧΙ
Η επιχείρηση είχε αναστείλει τη λειτουργία της με εντολή δημόσιας αρχής;	☐	☐
Η δραστηριότητα περιλαμβάνει άμεση επαφή με το κοινό, πελάτες, εξωτερικούς συνεργάτες (τρίτους);	☐	☐
Η επιχείρηση περιλαμβάνει, λόγω της δραστηριότητάς της, θέσεις εργασίας σε απόσταση μικρότερη των κρίσιμων ορίων που έχουν οριστεί από τον ΕΟΔΥ ή άλλους αρμόδιους φορείς (μετά τη λήψη οργανωτικών μέτρων);	☐	☐
Η επιχείρηση απασχολεί οδηγούς / διανομείς / πωλητές;	☐	☐
Υπάρχουν εργαζόμενοι που ανήκουν σε ομάδα υψηλού κινδύνου για σοβαρή λοίμωξη για COVID-19 σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ ή εργαζόμενοι που νοσηλεύτηκαν για λοίμωξη με COVID-19;	☐	☐
Δόθηκαν οδηγίες από τον ιατρό εργασίας (εφόσον υπάρχει υποχρέωση απασχόλησης);	☐	☐
Δόθηκαν οδηγίες από τον τεχνικό ασφάλειας;	☐	☐
ΒΙ. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ		
Έχει γίνει αναδιοργάνωση των υφιστάμενων θέσεων εργασίας – πρακτικών – διαδικασιών προκειμένου να τηρηθούν οι κρίσιμες αποστάσεις και προϋποθέσεις που έχουν ορίσει ο ΕΟΔΥ, η Εθνική Επιτροπή Προστασίας της Δημόσιας Υγείας και οι αρμόδιοι φορείς;	☐	☐
Αν ναι, ποια από τα ακόλουθα μέτρα έχουν ληφθεί;		
• Σήμανση - διαγράμμιση για την τήρηση των προβλεπόμενων αποστάσεων	☐	
• Απόσταση θέσεων εργασίας σύμφωνα με τα όρια που έχουν τεθεί (όπου είναι εφικτό)	☐	
• Τοποθέτηση διαχωριστικών	☐	
• Σταδιακή προσέλευση/αποχώρηση	☐	
• Εξ αποστάσεως εργασία	☐	
• Περιορισμός συναντήσεων – συναθροίσεων	☐	
• Ελεγχόμενη πρόσβαση σε κοινόχρηστους χώρους (υγιεινής, εστίασης, αποδυτηρίων, κ.λπ.)	☐	
• Ελεγχόμενη διακίνηση υλικών/αντικειμένων/προϊόντων	☐	
• Προώθηση ανέπαφων συναλλαγών	☐	
• Άλλα μέτρα	☐	
Γίνεται επίβλεψη/ρύθμιση της προσέλευσης τρίτων (πελατών, συνεργατών, διανομέων, κ.λπ.), ώστε να αποφεύγεται ο συνωστισμός και να εξασφαλίζεται η τήρηση των απαιτούμενων μέτρων προστασίας, σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ, της Εθνικής Επιτροπής Προστασίας της Δημόσιας Υγείας και τις αποφάσεις των αρμόδιων φορέων;	☐	☐
Ενημερώνονται οι εργαζόμενοι για τα προληπτικά μέτρα που λαμβάνονται;	☐	☐
Υπάρχει συμμόρφωση σχετικά με τη χρήση κλιμάκων και ανελκυστήρων;	☐	☐

B2. ΜΕΤΡΑ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΜΕΣΑ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ		
Έγινε ενημέρωση των εργαζομένων και των τρίτων για συμμόρφωση με τις ορθές πρακτικές ατομικής και αναπνευστικής υγιεινής; Τοποθετήθηκαν σχετικές οδηγίες – αφίσες σε εμφανή σημεία;	☐	☐
Παρέχονται σε επαρκή ποσότητα αντισηπτικά διαλύματα;	☐	☐
Παρέχονται στους εργαζόμενους τα κατάλληλα Μέσα Ατομικής Προστασίας (ΜΑΠ) (μάσκες κ.λπ.) σύμφωνα με τις με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ, της Εθνικής Επιτροπής Προστασίας της Δημόσιας Υγείας και τις αποφάσεις των αρμόδιων φορέων;	☐	☐
Έγινε εκπαίδευση των εργαζομένων για την ασφαλή χρήση των παραπάνω ΜΑΠ;	☐	☐
Γίνεται συστηματική επίβλεψη χρήσης των παραπάνω ΜΑΠ από τους εργαζομένους;	☐	☐
Δόθηκαν σχετικές οδηγίες σε οδηγούς, διανομείς, πωλητές;	☐	☐
B3. ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ		
Εξασφαλίζεται επαρκής αερισμός των εργασιακών χώρων;	☐	☐
Γίνεται τακτική συντήρηση των συστημάτων εξαερισμού – κλιματισμού;	☐	☐
Παρέχονται τα κατάλληλα μέσα καθαρισμού και απολύμανσης και σε επαρκή ποσότητα;	☐	☐
Γίνεται συχνός και επιμελής καθαρισμός των χώρων και των επιφανειών εργασίας, του εξοπλισμού εργασίας καθώς και των εργαλείων, συσκευών και αντικειμένων που χρησιμοποιούνται (πόμολα, κουπαστές, διακόπτες, τηλεχειριστήρια, τηλέφωνα, πληκτρολόγια κ.λπ.);	☐	☐
Γίνεται συστηματικός καθαρισμός των κοινόχρηστων χώρων όπως αποδυτήρια, λουτρά, χώροι εστίασης;	☐	☐
Υπάρχουν σκεπαστοί κάδοι απορριμμάτων, όπου απορρίπτονται αμέσως μετά τη χρήση τους τα ΜΑΠ μιας χρήσης, καθώς και τα μέσα που χρησιμοποιήθηκαν για την απολύμανση και τα είδη προσωπικής υγιεινής;	☐	☐
Γίνεται συχνός καθαρισμός των ενδυμάτων εργασίας (φόρμες, ποδιές κ.λπ.), καθώς και των συνήθων ΜΑΠ που χορηγούνται (π.χ. κράνη και υποδήματα ασφαλείας, ποδιές, στολές, γάντια, μέσα προστασίας της ακοής, κ.λπ.);	☐	☐
Λήφθηκε μέριμνα για αυστηρά προσωπική χρήση των συνήθων ΜΑΠ (π.χ. κράνη και υποδήματα ασφαλείας, ποδιές, στολές, γάντια, μέσα προστασίας της ακοής, κ.λπ.);	☐	☐
B4. ΕΙΔΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΗΣ ΔΙΑΣΠΟΡΑΣ - ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΝ ΚΟΡΩΝΟΪΟ SARS-COV-2		
Έχει σχεδιαστεί διαδικασία διαχείρισης ύποπτου κρούσματος COVID-19;	☐	☐
Λαμβάνονται ειδικά μέτρα προστασίας για εργαζόμενους που ανήκουν σε ομάδα υψηλού κινδύνου για σοβαρή λοίμωξη COVID-19 σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ ή εργαζόμενους που νοσηλεύτηκαν για λοίμωξη COVID-19;	☐	☐