ПРИРАЧНИК
за постапување на компаниите поради појава на пандемија – КОВИД - 19

Во јануари 2020 Светската Здравствена Организација (понатаму СЗО) ја прогласи појавата на новиот коронавирус во Хубеи, Кина за голема опасност за јавното здравје во меѓународни рамки. СЗО најави дека постои голем ризик за КОВИД – 19 да се распространи низ целиот свет, поради што во соработка со надлежните органи за јавното здравје низ целиот свет преземаат мерки за да се спречи ширењето на КОВИД – 19. Целото општество, вклучително и деловните субјекти и работодавачите - мора да преземеме дополнителни мерки доколку сакаме да престане ширењето на овој вирус. Распространувањето на КОВИД – 19 е глобален и реален проблем и поради тоа работодавачите и компаниите мора одговорно да се однесуваат. Најважно од се е да се применуваат мерките за заштита, со цел намалување на шансите за се поголемо негово проширување во државата. Поради тоа, Ви ги споделуваме нашите препораки за тоа како да ги заштитите сите во Вашата компанија од КОВИД - 19.

Овој прирачник ќе им помогне на работодавачите и деловните субјекти за уредување на начинот на:
- Спречување на ширење на КОВИД -19 во работното место
- Постапување во случај на појава на сомнителен или потврден случај на КОВИД-19, на работното место
- Справување со ризиците од КОВИД – 19 при организирање на состаноци
- Дополнителни информации и ресурси

1. Како се шири КОВИД -19?

Кога некој кој има КОВИД – 19 кашла или издишува, тој испушта капки од инфицираната течност. Многу од овие капки паѓаат на површини и предмети како што се работните површини, масите или телефоните. Секој може да се зарази со КОВИД -19 преку допирање на овие површини или предмет, а потоа допирајќи ги своите очи, нос или уста. Вирусот може да се пренесе на растојание од еден метар со заразено лице. Вирусот се шири многу слично на сезонскиот грип. Повеќето лица заразени со КОВИД – 19 се соочуваат со лесни симптоми и лесно заздравуваат. Повисок ризик од вирусот сносат лица над 40 години, лица со намален имунитет и хронично болните. Во моментов, периодот на инкубација на КОВИД-19 се проценува дека е 14 дена. Симптомите кои можат да се развијат во рок од 14 дена по контакт со лице заразено од КОВИД 19 се кашлица, потешкотии при дишењето, покачена телесна температура.

Колку долго опстојува некој респираторен вирус во просторот, ќе зависи од голем број фактори, на пример:
- на која површина е вирусот;
- дали е изложен на сончева светлина;
- разлики во температурата и влажноста;
- изложеност на производи за чистење;
- во повеќето околности, количината на заразен вирус на какви било загадени површини веројатно ќе се намали значително по истек на 72 часа;

Во моментов нема вакцина за спречување на КОВИД-19. Најдобар начин да се спречи инфекцијата е да се избегне изложеност на вирусот. Мерките за превенција, треба да бидат преземени уште сега, дури и ако КОВИД-19 не пристигнал во вашата заедница. Тие веќе можат да ги намалат изгубените работни денови како резултат на болест и да го стопираат или забават ширењето на КОВИД-19. Мерките треба да бидат вклучени во процените на ризик на работното место што ги опфаќа сите ризици, вклучително и оние предизвикани од биолошки причини, како што е утврдено во законодавството на ЕУ и националното здравје и безбедност при работа.

2. Како да се спречи ширењето на КОВИД -19 во вашето работно место

Мерките наведени подолу ќе ви помогнат да го спречите ширењето на инфекции на Вашето работно место, како што се настинки, грипови, стомачни вируси и ќе ги заштитите вашите соработници, вработени и добавувачи.
- одржувајте го вашето работно место чисто
- работните површини и предмети треба да бидат редовно дезинфицирани

- Поттикнувајте ги вашите вработени редовно да ја одржуваат хигиената на рацете - на овој начин се убива вирусот на вашите раце и се спречува ширењето на КОВИД – 19
  - обезбедете средства за дезинфекција на рацете на повеќе места во работниот простор
  - поставете постери кои ќе поттикнуваат миење на рацете
  - споделете релевантни информации од надлежните институции
- Промовирајте дополнителна хигиена на работното место
  - набавете маски за лице наменети особено за оние кои се соочуваат со настинки
  - поставете канти за отпадоци
- Советувајте ги сите вработени или соработници кои развиваат симптоми слични на грип (т.е. кашлица, останување без здив, треска) да останат дома и да се јават во надлежната здравствена установа
- Продолжете да потсетувате дека е потребно да се остане дома дури и при минимални симптоми на КОВИД – 19
- Поставете постери со оваа содржина на работното место и промовирајте ја истата преку останатите комуникациски канали кои ги користи вашата компанија
- Следете ги и споделувајте ги владините препораки
- Рутински исчистете ги сите често допирани површини на работното место, како што се работните површини, работните маси, предметите и рачките на вратите. Користете средства за чистење што обично се користат на овие места
- Обезбедете марамчиња за еднократна употреба, така што најчесто користените површини (на пример, брави, тастатури, далечински управувачи, маси) може да се избришат од вработените пред секоја употреба.

Доколку е можно и изводливо за вашиот бизнис, промовирајте ја мобилната работа во вашата организација и дозволете им на вработените да работат флексибилно време со цел да го минимизираат преполнувањето на работното место. Ако има појава на КОВИД-19 во вашата заедница, надлежните здравствени установи ќе ги советуваат луѓето да избегнуваат јавен превоз и преполни места. Мобилната работа ќе му помогне на вашиот бизнис да работи додека вашите вработени остануваат безбедни.

3. Што да сторите ако некој вработен верува дека бил изложен на КОВИД-19?

Следете ги советите на надлежните институции за критериумите за можна изложеност на КОВИД-19 (на пример, области каде што лицето може да патувал) за да ги идентификувате оние што можеби биле изложени.

- Ако некој не се чувствува добро на работното место и има причина да се сомнева дека може да стапил во контакт со КОВИД-19 (пр. Патувал во Кина или други заразени земји), лицето треба да се отстрани на најмалку два метри од останатите. Ако е можно, најдете просторија или област каде што тоа лице ќе биде изолирано со затворена врата, како што е канцеларијата за персонал. Направете проветрување на просторијата.
- Поединецот кој не се чувствува добро, треба да се јави на надлежните здравствени служби. Ако е вонредна состојба (ако тие се сериозно болни или повредени или нивниот живот е во опасност), тогаш треба да ја објасните ситуацијата и релевантните информации, како на пример, од која земја се вратиле во последните 14 дена и да ги опишат нивните моментални симптоми.
- Додека чекате совет од назначената јавна здравствена служба или службата за итни случаи, заболеното лице треба да остане на најмалку два метри оддалеченост од другите лица. Лицето треба да избегнува допирање на луѓе, површини и предмети и треба да ги покрива устата и носот кога кашла или кива.
- Доколку треба да оди во тоалет, додека чека лекарска помош, лицето треба да користи посебен тоалет, доколку е возможно.
- Земете ги предвид лицата кои се под ризик поради нивни сериозни заболувања (на пр. дијабетес, заболувања на срцето и белите дробови, постара возраст) и советувајте ги да преземат дополнителни мерки на претпазливост, како што се да останат дома.

4. Што да сторите ако некој кој има развиено симптоми на КОВИД-19 неодамна беше на вашето работно место?

За контакти со осомничен случај на работното место, следете ги упатствата дадени од вашите надлежни државни органи. Менаџерскиот тим на канцеларијата или работното место ќе биде контактиран од назначените надлежни органи за да разговараат за случајот, да ги идентификуваат луѓето кои биле во контакт со нив и да советуваат за какви било активности или мерки на претпазливост што треба да се преземат. Одговорните лица ќе преземат проценка на ризик за секоја ситуација со одговорното лице на вашето работно место. Тие ќе дадат совети како да управувате со персоналот, врз основа на нивната проценка на ризикот. Одговорните лица исто така, ќе бидат во контакт со засегнатото лице и ќе ги идентификуваат останатите контакти со кои тоа лице било во контакт.

Доколку некој вработен е потврдено дека има КОВИД-19, работодавачите треба да ги известат колегите за нивната можна изложеност на КОВИД-19 на работното место. Вработените изложени на соработник со потврден КОВИД-19 треба да добијат насоки за тоа што да прават според политиките на вашата компанија и упатствата на државните органи. Вработените кои немаат симптоми на КОВИД - 19, но имаат болен член на семејството со КОВИД-19 треба да го известат својот работодавач и да се повикаат на упатства од државните здравствени установи за тоа како да ја проценат нивната потенцијална изложеност и мерките што треба да се преземат.

5. Кога поединци на работното место имале контакт со потврден случај на КОВИД-19

Ако идентификувате контакт меѓу вработен и лице кај кое е потврдено присуство на КОВИД-19 на вашето работно место, потребно е веднаш да ги контактирате надлежните органи и да ги следите насоките кои ќе ви ги дадат, особено ако:

- Некој од вработените, бил во близок контакт, со лице чиј резултат е позитивен на КОВИД-19;
- Некој од вработените чистел површини на кои се наоѓал секрет во вид на ситни капки на заразеното лице;
- Некој од нив учествувал во блиски пријателски или работни групи, а кај некои од учесниците се појавиле симптоми;
- Некој од вработените живее во исто домаќинство со лице кое е потврден случај на КОВИД-19

Лицата кои оствариле вакви контакти не се сметаат веднаш за потврдени случаи, особено ако тие се чувствуваат добро, мала е веројатноста дека истите ќе ја шират заразата на други. Дополнително бидејќи од нив ќе биде побарано :

- Најпрво, да се самоизолираат дома во времетраење од 14 дена и тоа од последниот ден кога оствариле контакт со потврден случај, истовремено да ги следат и препораките и насоките од надлежните органи кои ќе ја следат нивната состојба;
- доколку тие развијат симптоми за време на периодот на самоизолација, тие треба да ги повикаат надлежните за нивно повторно испитување и понатамошно лекување
- доколку резултатите од тестирањето на КОВИД-19 се позитивни, во тој случај тие ќе бидат потврден случај, за што соодветно ќе бидат третирани и ќе примаат соодветна терапија;

Треба да бидете спремни дека, сознанието за потврден случај од КОВИД-19 на работното место ќе предизвика паника помѓу вработените до таа мера што некои од нив можат да претрпат и голем стрес. Укажуваме дека особено е важна јасна и концизна комуникација помеѓу менаџментот и работниците, во смисла на споделување на важни информации за КОВИД-19 и тоа исклучиво од сигурни извори. Дополнително, менаџерите треба да имаат големо разбирање и треба да бидат подршка во вакви периоди, на начин што спроведувањето на дневните работни ангажмани ќе го овозможат да биде пофлексибилно .

6. Чистење на просториите каде што има сомнителен или потврден слуај на КОВИД-19

Доколку постои сомнеж за одредено лице дека е позитивно на КОВИД-19, сите површини со кои тоа лице било во контакт треба да бидат добро исчистени, особено површините и предмети кои се употребувани од страна на заразеното лице. Доколку станува збор за простор кој го делат група на луѓе, истиот треба да биде добро исчистен и дезифенциран, притоа користејќи крпи за еднократна употреба и правилни средства во согласност со важечките и во моментот препорачани правила и прирачници за на работното место.

7. Совети за патување и состаноци

- Враќање од патување од земја/област која веќе е погодена од КОВИД-19

Лицата кои се вратени од земји кои во последните 14 дена според Светска здравствена организација или надлежните органи се прогласени за високо и средно ризични поради процентот на заразени луѓе од КОВИД-19 треба да избегнуваат да одат на работното место. Тие треба да се самоизолираат и треба да ги контактираат надлежните органи за дополнителни препораки и насоки или доколку имаат потреба од помош. Сите кои се вратиле од патување од земја која во последните 14 дена од денот на враќањето се смета за високо и средно ризична, треба да ги следат препораките и мерките кои ги даваат и постојано ги ажурираат надлежните органи. Останатите работници треба да си продолжат со активностите како што вообичаено ги извршуваат, освен доколку не се дадени поинакви препораки од страна на надлежните или од самиот работодавач.

- Препораки за персоналот кој се враќа од патување од останатите земји/области во последни 14 дена

Работниците кои се вратиле од патување од земја/област која не се смета за високо/средно ризична, можат да продолжат да одат на работното место и од таму да ги извршуваат работните задачи на вообичаен начин. Но, доколку истите се свесни или се информирани дека имале контак со лице кое е потврден случај, во тој случај ќе треба да го исконтактираат својот работодавач и надлежните органи за понатамошни насоки и препорарки. Последни информации за состојбите во земјите каде има потврдени случаеви на КОВИД-19 се достапни на: https://www.worldometers.info/coronavirus/

8. <u>Организирање на состаноци</u>

Организаторите на состаноци треба да го предвидат потенцијалниот ризик од КОВИД-19 затоа што:

- Постои ризик одредени луѓе кои ќе присуствуваат, без нивна волја, да го донесат вирусот
- Од друга страна, останатите може без нивно знаење да бидат изложени на КОВИД-19.

ПРЕД состанокот:

- Размислете дали состанокот е неопходно да се одржи или дали истиот може да биде одложен или заменет со телефонски или видео конференциски повик. Дали постои можност да се намали бројот на учесници кои треба да присуствуваат?
- Проверете ги и следете ги препораките на надлежните органи на национално ниво, но и на локално ниво каде треба да се одржи состанокот
- Договорете и развијте план кој ќе ве подготви како превентивно да делувате:
- Обезбедете го и верификувајте го секој информативен и комуникациски канал од клучните извори како што е Министерството за здравство и Институтот за јавно здравје;
- Нарачајте односно обезбедете доволно средства и материјали за дезинфекција за сите присутни;
- Активно следете како се одвиваат состојбите поврзани со КОВИД-19. Дадете препорака и насока до сите присутни кои имаат некакви симптоми или не се чуствуваат добро, воопшто да не присуствуваат;
- Осигурајте се дека сите присутни каде ќе го организирате состанокот, ќе обезбедат точни податоци за контакт. Информирајте ги дека нивните податоци ќе бидат споделени со надлежните органи во случај некој од учесниците да пројави симптоми на КОВИД-19. Доколку некој не е согласен со ова, не треба да му биде дозволено воопшто да присуствува на состанокот;
- Договорете и развијте план во случај некој да пројави или пријави симптоми на КОВИД-19 за време на состанокот

ЗА ВРЕМЕ на состанокот

Обезбедете информации за КОВИД-19, во форма на краток брифинг, усно и писмено, како и информации за мерките кои треба да се преземаат за состанок да биде безбеден за сите присутни:

- Изградете доверба. Практикувајте отпоздравување без допир;

- Охрабрете ги присутните за редовно миење на рацете или користење на средство за дезинфекција за времетраењето на состанокот;
- Охрабрете ги присутните доколку кашлаат или киваат да го прикријат пределот на носот и устата или да го прикријат пределот на носот и устата со нивната рака свиктана во лактот;
- Обезбедете податоци за броевите кои треба да ги контактираат за информации и насоки поврзани со КОВИД-19, а кои податоци се јавни и споделени од страна на надлежните органи
- Поставете ги на видливо место средствата за дезинфекција;
- Доколку постојат услови, поставете ги седиштата на оддалеченост од метар и пол одвоеност меѓу присутните;
- Редовно проветрувајте го просторот ;

ПО ЗАВРШУВАЊЕ на состанокот
- Сочувајте го списокот на сите присутни, со податоците за нивно контактирање, најмалку еден месец. Ова ќе им помогне на надлежните органи доколку некој од присутните непосредно по завршување на состанокот е позитвен на КОВИД-19;
- Доколку некој за време на состанокот е изолиран како сомнителен случај дека е заразен со КОВИД-19, организаторите треба да ги информираат присутните. Треба да им дадат препораки и насоки да се задржат во самоизолација од 14 дена и доколку почуствуваат било какви симптоми да ги контактираат надлежните органи.

9. Дополнителни информации и извори

Поврзано со КОВИД-19, работодавачите треба:

- Да бидат разумни во постапките на обезбедувањето на медицински докази за времетраењето на периодот на отсуство кога на вработен му е препорачано да биде изолиран поради сомнение дека истиот е носител на КОВИД-19 како и да ги следат сите препораки и насоки дадени од страна на надлежните органи;
- Да се осигураат дека правилата за боледување се флексибилни и во согласност со упатствата за јавно здравје и дека вработените се свесни за овие правила;
- Да ги контактираат компаниите што обезбедуваат работници со привремено вработување, за важноста за флексибилните правила за боледување во случај некој од вработените да е заболен и да е во самоизолација;
- Да не бараат потврда од здравствена установа за здравствената состојба на работникот кој има симптоми на грип, а со цел да ги заштитите останатите;
- Да одржат флексибилни политики што ќе дозволат работниците да останат дома за да се грижат за заболен во нивното семејство

Корисни информации може да добиете и на следните линкови:

- http://zdravstvo.gov.mk/
- https://vlada.mk/
- https://www.who.int/
- http://www.iph.mk