

Pracuj bezpiecznie: COVID-19 – poradnik dla obiektów biurowych



Służymy pomocą.

W tym bezprecedensowym czasie niektóre regiony w dalszym ciągu pozostają w kwarantannie, inne zaczynają stopniowo otwierać się po tygodniach totalnego zamknięcia. Nadal jesteśmy na etapie konfrontowania się z nową rzeczywistością życia społecznego i w miejscach pracy; managerowie robią wszystko, aby zapewnić swoim współpracownikom bezpieczeństwo w obliczu COVID-19, jednocześnie obsługując klientów i zaspokajając zasadnicze potrzeby.

Kierownicy obiektów otrzymali za zadanie przygotowanie biurwców dla powracających pracowników biurowych. Muszą upewnić się, że mają odpowiedni sprzęt i produkty, aby zapewnić wysoki standard higieny, oraz odpowiednie procedury sprzątania w celu rozwiania obaw współpracowników obawiających się infekcji.

Od ponad 50 lat marka Tork z zaangażowaniem pracuje na rzecz zapewnienia odpowiedniej higieny w budynkach na całym świecie, opracowując i tworząc kompleksowe rozwiązania higieniczne oraz oprogramowanie do sprzątania na podstawie danych.

Za pomocą tego przewodnika chcemy podzielić się naszą wiedzą specjalistyczną i zapewnić konkretne wytyczne dotyczące prawidłowej higieny rąk oraz czyszczenia powierzchni, by wspierać zdrowie i dobre samopoczucie – Twoje i Twoich współpracowników – oraz zapewnić ciągłość operacyjną Twojej firmy.

Mamy nadzieję, że będziesz mógł/mogła ponownie otworzyć biura w sposób odpowiedzialny, w duchu zrównoważonego rozwoju, zapewniając sobie, swoim współpracownikom i klientom bezpieczeństwo i zdrowie.

Z poważaniem

Anna Königson Koopmans

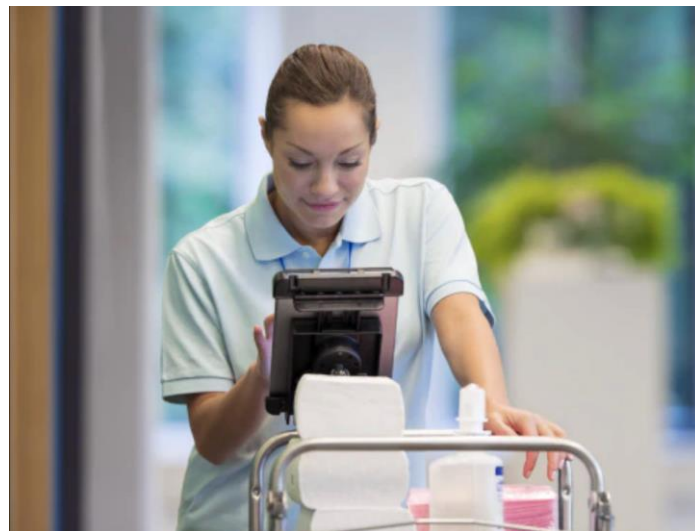
Dyrektor ds. marketingu – obiekty biurowe
Essity Polska Sp. z o.o.



COVID-19

W związku z tym, że biurowce zaczynają się ponownie otwierać, personel obsługujący obiekty skupia swoją uwagę na zapobieganiu rozprzestrzenianiu się COVID-19 i dopilnowaniu, by chorzy pracownicy pozostawali w domach. COVID-19 może rozprzestrzeniać się drogą kropelkową, gdy zakażony pracownik kaszle lub kicha. Do rozprzestrzeniania się wirusa może także dochodzić przez dotknięcie skażonych powierzchni i przedmiotów.

Jednak przestrzeganie odpowiednich protokołów higieny rąk, stosowanie rutynowych praktyk czyszczenia i dezynfekcji oraz zoptymalizowane rozmieszczenie dozowników mogą pomóc ograniczyć rozprzestrzenianie się COVID-19. W niniejszym poradniku zawarto materiały, które pomogą wzmocnić najlepsze praktyki w Twoim biurze zarówno podczas epidemii, jak i po jej ustaniu.



W jaki sposób COVID-19 może rozprzestrzeniać się w biurze?



**Drogą kropelkową
poprzez kasłanie lub
kichanie**



**Poprzez bliski kontakt osobisty,
jak na przykład dotykание lub
podawanie ręki**



**Poprzez dotykание przedmiotu
lub powierzchni, na których
znajduje się wirus,
a następnie dotknięcie twarzy,
nosa lub oczu**

Higiena rąk

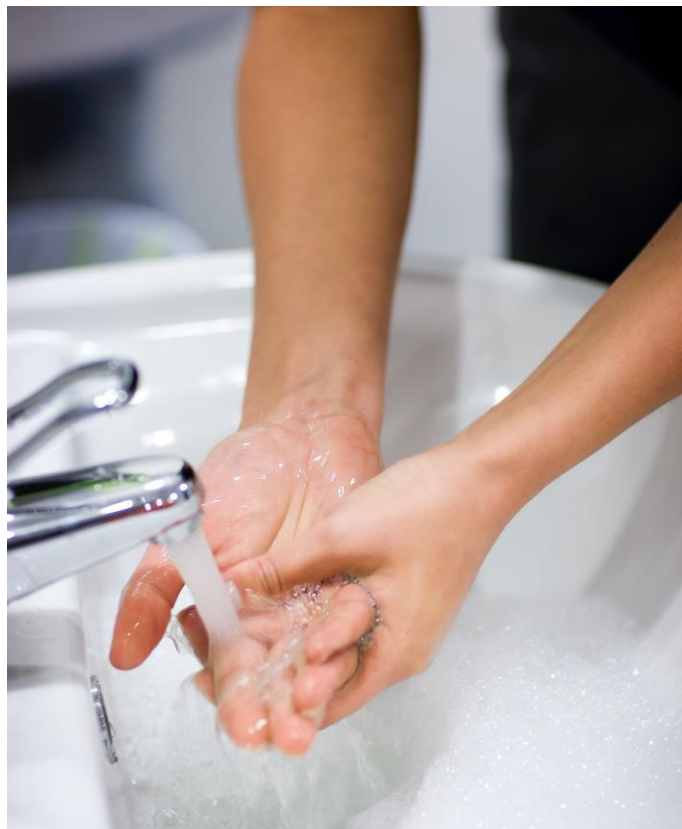
Obecnie około 70% biur to biura typu open-space, co sprawia, że zapobieganie rozprzestrzenianiu się wirusa wywołującego COVID-19 jest trudne. W biurach dotyka się różnych powierzchni – np. klawiatur, myszek komputerowych i telefonów – które mogą być skażone patogenami.

Z tego powodu, jak nigdy przedtem, tak ważne stało się przestrzeganie prawidłowej higieny rąk. Pracownicy powinni regularnie w ciągu dnia myć ręce przy zastosowaniu prawidłowej techniki, jednak szczególnie:

- po wydmuchaniu nosa, kaszlnięciu i kichnięciu;
- przed i po przygotowaniu żywności oraz przed i po posiłku;
- po korzystaniu z toalety i dotykaniu śmieci.

Dopilnuj, aby pracownicy mieli dostęp do czystych i dobrze zaopatrzonych łazienek oraz środków dezynfekujących do rąk.

Możesz wspierać stosowanie prawidłowej higieny rąk w swoim biurze na kilka sposobów, np. zamieszczając odpowiednie informacje w pobliżu umywalek, łazienek i innych pomieszczeń o dużym natężeniu ruchu. Poniżej znajdują się narzędzia i informacje promujące wśród pracowników prawidłowe techniki mycia i dezynfekcji rąk.



Materiały



Procedura mycia rąk

[Pobierz](#)



Procedura dezynfekcji dłoni

[Pobierz](#)



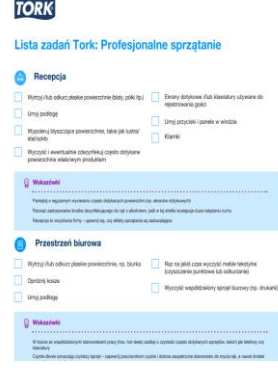
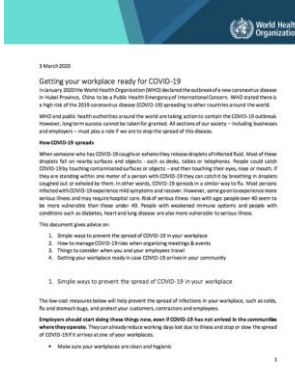
Czyszczenie powierzchni

Pracownicy biurowi mogą zarazić się COVID-19, dotykając powierzchni skażonej nowym koronawirusem. Z tego powodu konieczna jest systematyczna dezynfekcja często dotykanych powierzchni, aby ograniczać rozprzestrzenianie się infekcji. Oto kilka wskazówek dotyczących sprzątania różnych pomieszczeń w Twoim budynku:

- **W całym budynku:** Należy nadać priorytet systematycznemu czyszczeniu obszarów o dużym natężeniu ruchu, jak i często dotykanych powierzchni. Używaj środków jednorazowych i często je zmieniaj. Dopilnuj, aby personel sprząający dysponował skutecznym sprzętem do czyszczenia oraz odpowiednimi środkami ochrony osobistej. Zapewnij dostęp do jednorazowych środków, aby w razie potrzeby pracownicy biurowi mogli przecierać konkretne powierzchnie.
- **Recepcja:** Systematycznie wycieraj często dotykane powierzchnie, takie jak klamki, ekrany dotykowe i przyciski w windzie. Trzymaj produkty do wycierania pod ręką, aby móc szybko i łatwo przetrzeć wymagane miejsce.
- **Biuro:** Systematycznie przecieraj często dotykany wspólny sprzęt, taki jak klawiatury, myszki komputerowe, drukarki i telefony i dopilnuj, aby powierzchnie były regularnie czyszczone. Zapewnij jednorazowe środki, aby pracownicy mogli wedle potrzeby oczyścić swoją przestrzeń osobistą.
- **Łazienki:** Rozpocznij sprzątanie od mniej zabrudzonych obszarów, a sedesy i podłogę zostaw na koniec. Korzystaj z kilku środków, aby zapobiegać rozprzestrzenianiu się zarazków. Mopy i gąbki mogą być siedliskiem drobnoustrojów, dlatego personel sprząający powinien rozważyć używanie sprzętu jednorazowego.
- **Pomieszczenia socjalne:** Najpierw czyść mniej zabrudzone powierzchnie, a na końcu sprzątnij podłogę. Zatłuszczone lub zabrudzone olejem powierzchnie należy przed zastosowaniem środka dezynfekującego umyć gorącą wodą i profesjonalnymi detergentami.

Poniżej znajdują się dodatkowe materiały wspierające utrzymanie bezpieczeństwa personelu w budynku.

Materiały

 Kwestie higieny w otwartym środowisku biurowym Pobierz	 Lista kontrolna Tork – czyszczenie dla zdrowia Pobierz	 Wartość sprzątania na podstawie danych Dowiedz się więcej	 Przygotowanie miejsca pracy pod kątem COVID-19 Dowiedz się więcej
---	---	---	--

Zdrowsze budynki

W związku z tym że pracownicy wracają do biur, ich bezpieczeństwo oraz dobre samopoczucie stanowią dla nas priorytet. Kierownicy obiektów mogą wspierać zarządzanie ryzykiem infekcji poprzez promowanie odpowiedniej higieny rąk i częstsze niż dotychczas czyszczenie przy zastosowaniu zmodyfikowanych praktyk.

Zapewnij środki czyszczące i rozwiązania higieniczne

Sami użytkownicy biur wykażą większą inicjatywę w dbaniu o higienę powierzchni, dlatego zapewnij odpowiednie rozwiązania, aby mogli wedle potrzeby czyścić klawiaturę oraz inne wspólne powierzchnie w biurze.

Wprowadź zmiany operacyjne

Wprowadź zmiany operacyjne w celu ograniczenia kontaktu pomiędzy pracownikami w biurze w dowolnym czasie poprzez:

- **Wydlużenie godzin pracy i wystosowanie prośby do pracowników, aby przychodzili do biura w trybie zmianowym.** Zwiększ czas pomiędzy zmianami, aby ograniczyć kontakt osób i wyczyścić często dotykane powierzchnie.
- **Przychodzenie i opuszczanie biura etapami.** Ogranicz liczbę wchodzących i wychodzących pracowników w strefach lobby, wind i pokojów socjalnych.
- **Naprzemienny tryb pracy zdalnej oraz pracy na miejscu w biurze.** Tylko połowa pracowników będzie pracować w biurze w określonych dniach tygodnia.
- **Ustanowienie tymczasowych obszarów roboczych.** W miarę możliwości stwórz tymczasowe obszary robocze, aby fizycznie oddzielić pracowników od siebie.
- **Ograniczenie spotkań grupowych, gdzie wymagana jest obecność osobista.** Na ile to możliwe, spotkania powinny być przeprowadzane wirtualnie. W przypadku, kiedy obecność osobista na spotkaniu jest konieczna, pracownicy powinni stosować się do zasady dystansowania społecznego oraz przestrzegać prawidłowych zasad higieny rąk.

Zachęcaj do stosowania sprzętu ochronnego

Dopilnuj, aby sprzęt ochronny był dostępny tam, gdzie jest on faktycznie potrzebny, jak na przykład maseczki ochronne i papierowe ręczniki do rąk dla zakatarzonych lub kaszlących osób i nie zapomnij o zamykanych koszach na śmieci, do których będą mogły one wyrzucać zużyte produkty.

Dla kierowników obiektów i usługodawców wysoki poziom higieny w biurze stał się nowym standardem. Mamy możliwość nie tylko sprostać, ale i przewyższać to oczekiwanie, a także umożliwić pracownikom biurowym aktywne uczestniczenie w zapewnianiu higieny w miejscu pracy.

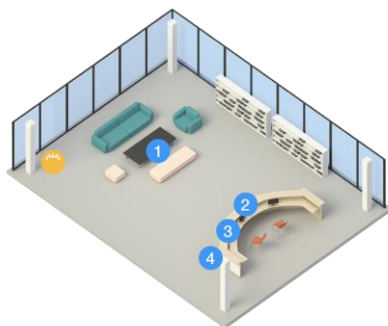


Rekomendacje dotyczące rozmieszczenia dozowników

W związku z tym, że pracownicy biurowi powracają do pracy w biurze podczas pandemii COVID-19, wzmocnij prawidłowe techniki zachowania higieny rąk poprzez optymalne rozmieszczenie dozowników. Pamiętaj, aby umieszczać produkty higieniczne w widocznych i często odwiedzanych miejscach. Pracownicy nie powinni zmieniać swoich tras poruszania się, żeby móc skorzystać z dozowników. Choć rozumiemy, że każde biuro ma swoją specyfikę, poniżej przedstawiamy pewne podstawowe zasady dotyczące przestrzeni w biurach.

Recepcja

- 1 Serwetki
- 2 Środek dezynfekujący
- 3 Chusteczki higieniczne
- 4 Kosze na śmieci



Łazienki

- 1 Papier toaletowy
- 2 Ręczniki do rąk
- 3 Mydło
- 4 Kosze na śmieci
- 5 Nakładki sedesowe
- 6 Środek dezynfekujący
- 7 Chusteczki higieniczne



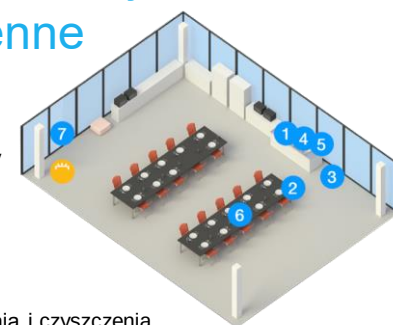
Salę konferencyjne

- 1 Środek dezynfekujący dłonie
- 2 Serwetki
- 3 Chusteczki higieniczne
- 4 Czyściwa do wycierania i czyszczenia
- 5 Kosze na śmieci



Pomieszczenia socjalne i kąci kuchenne

- 1 Mydło
- 2 Środek dezynfekujący
- 3 Kosze na śmieci
- 4 Ręczniki do rąk
- 5 Czyściwa do wycierania i czyszczenia
- 6 Serwetki
- 7 Chusteczki higieniczne



Przestrzeń biurowa

- 1 Środek dezynfekujący
- 2 Kosze na śmieci
- 3 Chusteczki higieniczne
- 4 Czyściwa do wycierania i czyszczenia
- 5 Serwetki



Higiena w biurze

Więcej informacji na temat roli higieny rąk i sprzątania w biurach zarówno podczas, jak i po ustaniu pandemii COVID-19, można znaleźć na stronie z zasobami „Higiena w biurze”.

[Dowiedz się więcej](#)