

# Руководство по поддержанию чистоты на рабочем месте, заботы о здоровье и профилактики кризиса здоровья

Составитель: SOL Baltics 08.05.2020



# Составитель

**Чистота рабочих поверхностей, личная гигиена и разумное поведение** – это предпосылки к тому, чтобы работники, клиенты и партнеры фирмы были здоровы и экономика продолжала работать.

**Данное руководство необходимо соблюдать полностью и воспринимать целиком.** Если план уборки меняется, то необходимо соответственно изменить организацию труда и наоборот.



# Организация труда

- Необходимо сделать так, чтобы люди могли работать на расстоянии не менее 2 м друг от друга.
- При необходимости используйте ширмы для разделения рабочих мест.
- Избегайте близкого контакта, насколько это возможно.
- Приходите на работу только при необходимости. По возможности работайте дистанционно.
- Запрещено приходить на работу, если вы болеете или у вас признаки заболевания.
- Нельзя приглашать на работу гостей. Если это неизбежно, встречайтесь с гостями в отдельном помещении, желательно недалеко от входа.



# Организация рабочих помещений

- **Обеспечьте разделение на рабочем месте:**

- По возможности организуйте командную работу по сменам, чтобы уменьшить число людей, работающих вместе, и число близких контактов с коллегами;
- Если возможно, поделите здание на части, чтобы сотрудники не пересекались. Например, используйте разные входы для работников склада и офиса. Организуйте работу на разных этажах. Используйте разные туалетные комнаты и кухонные помещения;
- Уберите из помещений все лишние стулья, чтобы много людей не сидели близко друг к другу (напр. на кухне или в зале совещаний).

- **Введите правила и инструкции:**

- Составьте правила использования общих помещений: напр. зал совещаний (сколько человек может одновременно там находиться), кухня (кто кладет посуду в посудомоечную машину и запускает ее), туалет (кто и когда убирает рабочие поверхности);
- Убедитесь, что правила и инструкции всем видны и доступны. Для этого используйте общий чат (MS Teams и т.д.) или распечатайте и поместите правила на видном месте.



# Гигиена

## Гигиена рук

- Придя на работу, всегда мойте руки. А также после посещения туалета, использования общих помещений и оборудования;
- Мойте руки с жидким мылом и вытирайте бумажным полотенцем. Не делитесь с другими мылом или полотенцем;
- Замените электрические сушилки для рук бумажными полотенцами;
- Установите дезинфектор для рук у входов в здание (лучше использовать бесконтактный сенсорный дозатор).

## Личные средства защиты

- Если на рабочем месте организована регулярная уборка поверхностей и возможно соблюдать дистанцию 2м, работники без признаков заболевания могут не использовать средства защиты;
- Если вам приходится близко соприкоснуться с другими людьми, советуется носить защитную маску и перчатки;
- Убедитесь, что на рабочем месте доступны средства защиты и организовано обучение по их использованию (см видео в Уголке полезных советов).

## Поступайте разумно

- Избегайте близкого контакта: рукопожатий и объятий;
- Старайтесь не трогать руками лицо;
- Не касайтесь рабочих поверхностей без необходимости.



# Чистота

- Пересмотрите план уборки рабочих помещений, учитывая риски здоровья
  - Проведите аудит уборки (сами или с помощью фирмы-оператора);
  - Составьте новый план уборки, где основное внимание уделено уборке рабочих поверхностей.
- Чистота помещений и безопасность – результат эффективной и тщательной уборки
  - Дезинфекция рук и поверхностей – это «скорая помощь» ненадолго. Поэтому следует делать дезинфекцию только исходя из потребностей - когда нет возможности сделать уборку или в случае обнаружения коронавируса.
- Регулярная уборка помещений должна проводиться каждый день после их использования. В случае 5-дневной рабочей недели 5 раз, в случае 7-дневной 7 раз и так далее.
- При частом использовании помещения следует дополнительно делать уборку поверхностей каждые 2 - 4 часа.



# Планирование уборки

- Кризис здоровья негативно влияет на экономику и предприятия. Поэтому приходится сокращать расходы, в т.ч. расходы на уборку.
- Необдуманное сокращение расходов на уборку приводит к тому, что работники быстрее заболевают, и может наступить новый кризис.
- Во время кризиса можно контролировать заболеваемость, если еще тщательнее делать уборку и соблюдать личную гигиену.
- Некоторые опасности при планировании уборки:
  - Если предприятие сократило число работников, многие думают, что можно реже делать уборку. Это неверное рассуждение, так как независимо от количества людей на работе, поверхностей касаются все;
  - Если предприятие открыто, например, 5 дней в неделю, то и уборку следует делать 5 дней в неделю. Уборку нужно делать в те же дни, когда предприятие открыто и люди на работе. Если делать реже, это опасно для здоровья работников.
- Расходы на уборку можно планировать разумно, если пересмотреть весь план уборки и составить его исходя из потребности. Так уборка будет эффективной..



# Рабочие поверхности

- Рабочие поверхности- это поверхности, которых люди часто и неоднократно касаются. Например:
  - дверные ручки, края дверей, поверхность стола, выключатели, перила, поручни;
  - кнопки слива унитаза, краны, дозаторы мыла и бумаги;
  - кофейные аппараты, принтеры, копировальная машина;
  - PIN-клавиатуры, пульты самообслуживания, сенсорные экраны
- Лучше всего – уменьшить число таких поверхностей (см следующую тему).
- Уделяйте больше внимания уборке таких поверхностей.
- Проверяйте, как организована и проводится чистка совместно используемого рабочего оборудования и кухонной техники.
- Дополнительно следует делать уборку рабочих поверхностей каждые 2-4 часа, в зависимости от типа помещения и частоты его использования.





# Как уменьшить число рабочих поверхностей

- Если возможно, установите в санитарных помещениях сенсорные бесконтактные держатели для гигиенических товаров.
- Если возможно, используйте датчики движения для включения и выключения света.
- Отдавайте предпочтение аппаратам с питьевой водой, которые наливают воду без нажатия кнопок.
- Снимите крышки с мусорных ведер.
- Проверьте, как организованы сбор и мытье использованной посуды.
- Обозначьте все рабочие поверхности в помещении – например, небольшой цветной наклейкой (см. Уголок полезных советов), чтобы сотрудники привыкли не трогать поверхности без необходимости.
- Обозначенные поверхности будет легче заметить работнику по уборке, который будет убирать их чаще, если нужно.



# Мифы и факты о дезинфекции

## Миф 1: дезинфекция поверхностей заменяет уборку

Факт: Нет. Дезинфицировать можно, если сразу же нет возможности сделать уборку. Пример – прилавок в магазине. Однако в конце рабочего дня такие поверхности все же следует тщательно очистить влажной тряпкой из микроволокна. Дезинфекция поверхности работает лишь в случаях, когда невозможно сделать уборку. Перед дезинфекцией необходимо полностью очистить поверхность. Ни в коем случае не дезинфицируйте грязные поверхности!

## Миф 2: поверхности нужно постоянно дезинфицировать

Факт: Ни в коем случае. Если не обнаружено случая COVID-19, лучший способ профилактики и очистки от грязи – это эффективная и тщательная уборка.

## Миф 3: Разбрызгивание дезинфицирующего вещества в воздух и на поверхности – это эффективно

Факт Нет, это не так. Гораздо лучше – регулярная ежедневная уборка. Если необходима дезинфекция, то точно не методом разбрызгивания. Брызги поднимают в воздух частички грязи, портят поверхности и при вдыхании вредят здоровью людей, находящихся в помещении. А еще это очень затратный метод, ведь сначала нужно очистить поверхности, затем побрызгать дезинфектором и в конце очистить поверхность от брызг и разводов.

## Миф 4: Дезинфекция рук дает тот же результат, что их мытье.

Факт: Лучший метод защиты – это мытье рук в течение 30 секунд (см видео в Уголке полезных советов). Дезинфекция – это экстренный метод на случай, если нет возможности вымыть руки (например, если вы в магазине)

8.5.2020



# Привлекайте сотрудников...

...к выявлению рисков и составлению инструкций. У коллег есть хорошие идеи.

## Назначьте на работе ответственных:

- за наличие и доступность инструкций как сотрудникам, так и клиентам;
- за решение новых возникающих ситуаций.

## Сотрудничайте с уполномоченными по рабочей среде, которые:

- регулярно общаются с работниками и передают их предложения работодателю;
- получают обратную связь о действии правил и инструкций, сообщают работникам о необходимости их изменения.



# План действий

## Обозначьте и оцените риски

- Обозначьте рабочие процессы, при которых есть вероятность соприкосновения людей.
- Определите, кто использует ваши помещения (работники, клиенты, соискатели работы, партнеры).
- Обозначьте рабочие поверхности в ваших помещениях.
- Обозначьте места, где нужно дать людям инструкции правильного поведения (вход, кухня, учебный класс, зал совещаний).
- Проанализируйте ваш план уборки.

## Реорганизируйте и создайте инструкции

- Организуйте работу так, чтобы сотрудники могли соблюдать дистанцию 2м.
- Уменьшите число рабочих поверхностей и обозначьте их.
- Составьте инструкции, как действовать, учитывая группы людей, которые пользуются помещением
- Составьте новый план уборки (если нужно, то совместно с вашим оператором по уборке)

## Обеспечьте коммуникацию

- Поместите инструкции на видное место (наглядные, при необходимости - на разных языках)
- Ознакомьте с инструкциями и планами поддержания чистоты своих сотрудников и партнеров

## Проверяйте

- Собирайте отзывы сотрудников об изменениях и результатах действия новых инструкций. Анализируйте предложения и если нужно, делайте изменения в организации работы, инструкциях или плане уборки.



# Уголок полезных советов

**Учебное видео Клиники ТУ о мытье рук:**

[https://www.youtube.com/watch?v=n5LLDyaR2NY&list=PLbuXxBpiY\\_kSd6zKkV18DZQINFJLDytkx&index=2&t=0s](https://www.youtube.com/watch?v=n5LLDyaR2NY&list=PLbuXxBpiY_kSd6zKkV18DZQINFJLDytkx&index=2&t=0s)

**Учебное видео Клиники ТУ о дезинфекции рук:**

<https://www.youtube.com/watch?v=8JMsqnlpP8&feature=youtu.be>

**Видео о безопасном надевании и снятии перчаток:**

<https://www.youtube.com/watch?v=0vtjB1y0EYw>

**Видео о надевании и снятии маски:**

[https://www.youtube.com/watch?v=8XCegzTVE-0&list=PLbuXxBpiY\\_kSd6zKkV18DZQINFJLDytkx&index=5](https://www.youtube.com/watch?v=8XCegzTVE-0&list=PLbuXxBpiY_kSd6zKkV18DZQINFJLDytkx&index=5)

**Уборка и дезинфекция до и после обнаружения случая COVID-19:**

<https://www.sol.ee/eripuhastustood/covid19puhastus/>



# Пример конторы SOL

Обозначили  
цветными наклейками  
все рабочие поверхности



Наглядные  
инструкции  
на дверях  
зала совещаний  
и в кухне



8.5.2020



# ЧИСТОТА = ЗДОРОВЬЕ

План поддержания чистоты = план здоровья

8.5.2020

