



# ZBIÓR ZASAD BEZPIECZEŃSTWA W ZAPOBIEGANIU COVID-19

## Wyposażenie biur i budowy w niezbędne środki i narzędzia takie jak:

- termometr bezdotykowy,
- dozownik płynu do dezynfekcji (bezdotykowy, tokciowy, z pompką),
- płyn do dezynfekcji (na bazie alkoholu - min 60%),
- maseczki ochronne,
- rękawiczki nitrylowe,
- płyn do dezynfekcji blatów, stołów,
- dozowniki do mydła (w płynie, w pianie),
- ręczniki papierowe,
- organizację usługi sprzątania biur/kontenerów instrukcji dezynfekcji.
- widoczne oznakowanie miejsca pracy/kontenerów – aktualnie obowiązującymi zaleceniami i wytycznymi Porozumienia, GIS oraz MZ.

## Obowiązki pracowników:

- nie przystępować do pracy z objawami choroby świadczącymi o przeziębieniu, grypie lub COVID 19 (m.in. bóle mięśni, duszności, kaszel, gorączka, ból brzucha, nudności, utraty smaku i węchu),
- zachować bezpieczną odległość od rozmówcy oraz pomiędzy stanowiskami pracy (minimum 1,5 metra) lub stosować maseczki, przestrzegać higienę kaszlu i oddychania - zakrywanie ust i nosa,
- często, regularnie oraz skutecznie myć i dezynfekować ręce zgodnie z wytycznymi, zaleca się, by pracownicy używali ręczników papierowych lub chusteczek jednorazowych,
- powstrzymać się od podawania ręki na powitanie,
- unikać dotykania oczu, nosa i ust,
- zwracać uwagę współpracownikom i wszystkim osobom, z objawami by zasięgnęli porady lekarza oraz w takich przypadkach stosowali maseczki,
- regularnie dezynfekować swój telefon komórkowy (np. wilgotnymi chusteczkami nasączonymi środkiem dezynfekującym),
- powstrzymać się od korzystania z telefonu podczas jedzenia oraz kładzenia go na stole przy posiłku,
- dezynfekować współdzielone powierzchnie na początku i końcu swojej zmiany, dezynfekować współdzielone powierzchnie na początku i końcu swojej zmiany, przez używanie detergentów lub środków do dezynfekcji powierzchni
- nie dotykać klamek i poręczy oraz powierzchni wspólnych jeśli nie jest to niezbędne,
- informować o każdym przypadku kontaktu z osobą zarażoną lub taką która miała kontakt z osobą zarażoną oraz o wystąpieniu objawów bezpośredniemu przełożonemu mogących stanowić podejrzenie zarażenia koronawirusem

## Stosowanie środków ochrony (maseczki ochronne, rękawiczki)

- Maseczki ochronne są obowiązkowe w przypadku:
  - dojazdu do/z pracy gdy w pojeździe znajduje się więcej niż jedna osoba, oraz w przypadku poruszania się po terenie budowy z wyłączeniem osób wspólnie zamieszkujących np. na służbowych mieszkaniach,
  - przyjmowania interesantów / osób z zewnątrz-gości,
  - podczas narad w składach wieloosobowych,
  - jeśli nie ma możliwości zachowania odległości 1,5m między stanowiskami pracy, pracownikami – w szczególności na korytarzach, w trakcie wchodzenia/wychodzenia z biura budowy,
  - prac wykonywanych w przestrzeni publicznej,
  - konieczności weryfikacji temperatury pracownikom,
  - rotacji pomiędzy brygadami pracowników różnych firm na budowie poprzez organizację godziny rozpoczęcia pracy i przerw o różnych godzinach
- Rękawiczki ochronne zaleca się stosować podczas:
  - odbioru paczek, konieczności weryfikacji dokumentów,
  - zmiany samochodów,
  - konieczności pomiaru temperatury innym pracownikom,
  - odkażania stanowisk pracy,
  - innych nieokreślonych sytuacji, gdy występuje ryzyko zakażenia.

## PODSTAWOWE ŚRODKI ZAPOBIEGAWCZE

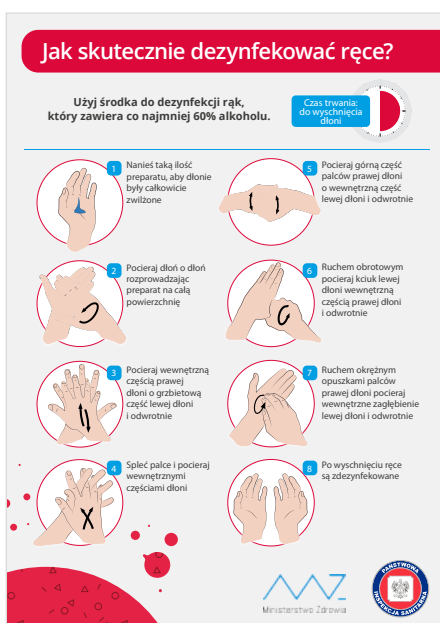
### Biuro/zaplecze budowy

- należy ograniczyć dostęp do biura osób z zewnątrz (gości) – tylko umówione spotkania. Na wejściu umieścić grafikę „Nieupoważnionym wstęp wzbroniony” z podaniem numeru telefonu do osoby kontaktowej.



Załącznik nr 1  
Plakat na wejściu do Biura

- należy ograniczyć rotację pracowników różnych firm PDW na zapleczu biurowym,
- sprawy pilne, wymagające bezpośredniego kontaktu należy załatwiać na otwartym powietrzu, a w razie braku możliwości obowiązuje bezwzględny obowiązek stosowania maseczek,
- należy wydzielić jedno pomieszczenie do spotkań w celu ograniczenia rotacji osób nie zatrudnionych w biurze budowy, najlepiej tak aby drogi komunikacyjne dojsia się nie krzyżowały,,
- pomieszczenie do spotkań musi być regularnie wietrzone i dezynfekowane dostępnymi środkami do dezynfekcji,
- należy zapewnić przy wejściu do biura budowy dozowniki z płynem do dezynfekcji zainstalowane na ścianie lub wewnątrz pomieszczeń biura. Miejsca te powinny być widoczne oraz oznakowane odpowiednim plakatem z informacją o prawidłowej dezynfekcji rąk „*Jak skutecznie dezynfekować ręce?*”,



Załącznik nr 2  
Jak skutecznie dezynfekować ręce?

- w miejscu ogólnodostępnym lub na tablicy informacyjnej należy wywiesić wytyczne Ministerstwa Zdrowia oraz Głównego Inspektoratu Sanitarnego – **Załącznik 3 – Postępowanie w razie zaobserwowania objawów, Załącznik 4 – Podejrzanie zakażenia koronawirusem** oraz **Załącznik 5 – Jak zapobiegać zakażeniu**,
- Na **Załączniku 3** wpisać należy numery kontaktowe najbliższej stacji sanitarno-epidemiologicznej oraz najbliższego oddziału zakaźnego.

Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w miejscu gdzie występuje **KORONAWIRUS** i zaobserwowałeś u siebie objawy, takie jak: **GORĄCZKA, KASZEL, DUSZNOŚĆ I PROBLEMY Z ODDYCHANIEM**, to: bezzwłocznie powiadom **telefonicznie** stację sanitarno-epidemiologiczną

tel. \_\_\_\_\_ lub \_\_\_\_\_

w przypadku nasilonych objawów zadzwoń pod numer alarmowy 112 lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego – najbliższy oddział

tel. \_\_\_\_\_

**INFOLINIA NFZ W SPRAWIE KORONAWIRUSA – 800 190 590**

**PAMIĘTAJ !!!**

W przypadku kiedy istnieje podejrzenie zakażenia ale nie masz jeszcze objawów pozostań w domu, **unikaj kontaktu z innymi osobami** aby nie doszło do rozprzestrzenienia się wirusa.

Wszelkie wątpliwości dotyczące swojego stanu zdrowia wyjaśnij **TELEFONICZNIE** lub innymi metodami zdalnej konsultacji.

**NIE ZGŁASZAJ SIĘ SAM DO PRZYCHODNI POZ** (chyba, że zostaniesz o to poproszony w określonym terminie) **ani nie udawaj się do szpitala** bez wcześniejszego uzgodnienia gdzie masz się zgłosić i czy jest to potrzebne.

Jeden chory pacjent (**również Ty**) może być **źródłem zakażenia** wszystkich pozostałych, osób w poczekalni!!!

- Myj często ręce wodą z mydłem lub środkiem odkażającym na bazie alkoholu.
- Unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust.
- Zaskaniamaj usta i nos zgiętym ramieniem lub jednorazową chusteczką kiedy kaszlesz lub kichasz.
- Nie zbliżaj się do osób chorych.



**WAŻNE INFORMACJE NA TEMAT POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU PODEJRZENIA ZAKAŻENIA KORONAWIRUSEM**

**Jeżeli nie odczuwasz objawów chorobowych lub jeśli masz gorączkę, kaszel, problemy z oddychaniem, ALE w ciągu ostatnich 14 dni NIE podróżowałeś do miejsc, gdzie występują potwierdzone przypadki zakażenia koronawirusem i NIE miałeś kontaktu z osobą chorą z powodu infekcji wywołanej koronawirusem:**

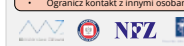
- Zapytaj farmaceutę o zalecane środki zapobiegania infekcji.
- Zachowaj higienę osobistą - zaskaniamaj chusteczką usta i nos podczas kaszlu i kichania, jak najczęściej myj ręce wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekuj ręce płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60 %).
- Unikaj kontaktu z osobami z widocznymi objawami choroby takimi jak kaszel, katar, podwyższona temperatura ciała.

**Jeżeli NIE odczuwasz objawów chorobowych, ALE w ciągu ostatnich 14 dni podróżowałeś do miejsc, gdzie występują potwierdzone przypadki zakażenia koronawirusem lub miałeś kontakt z osobami zakażonymi koronawirusem:**

- Zapytaj farmaceutę o zalecane środki zapobiegania rozprzestrzenianiu się infekcji.
- Skontaktuj się telefonicznie ze stacją sanitarno-epidemiologiczną.
- Dane teleadresowe stacji sanitarno-epidemiologicznej możesz uzyskać:
  - od farmaceuty,
  - na infolinię Narodowego Funduszu Zdrowia **800 190 590**,
  - na stronie [www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)
- W miarę możliwości przez 14 dni ogranicz społeczno-zawodowe kontakty z innymi osobami.
- Zachowaj higienę osobistą - jak najczęściej myj ręce wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekuj ręce płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60 %).
- Dwa razy dziennie mierz temperaturę ciała.
- W przypadku wystąpienia gorączki (38°C), kaszlu, trudności z oddychaniem udaj się do oddziału chorób zakaźnych, najbliższego do miejsca zamieszkania.

**Jeżeli masz gorączkę (38°C), kaszel, problemy z oddychaniem i w ciągu ostatnich 14 dni podróżowałeś do miejsc, gdzie występują potwierdzone przypadki zakażenia koronawirusem lub miałeś kontakt z osobą chorą z powodu infekcji wywołanej koronawirusem:**

- Skontaktuj się z telefonem ze stacją sanitarno-epidemiologiczną.
- Jak najrybciej udaj się do oddziału chorób zakaźnych, najbliższego do miejsca zamieszkania.
- Informację o najbliższym oddziale chorób zakaźnych oraz dane teleadresowe stacji sanitarno-epidemiologicznej możesz uzyskać:
  - od farmaceuty,
  - na infolinię Narodowego Funduszu Zdrowia **800 190 590**,
  - na stronie [www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)
- Jeżeli jesteś chory, to w celu ograniczenia rozprzestrzeniania się wirusa używaj masek ochronnej.
- Zachowaj higienę osobistą - zaskaniamaj chusteczką usta i nos podczas kaszlu i kichania, jak najczęściej myj ręce wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekuj ręce płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60 %).
- Ogranicz kontakt z innymi osobami i nie korzystaj z transportu publicznego.



**KORONAWIRUS**

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania, ale również poprzez dotykanie dłońmi oczu, nosa i ust. Objawy zakażenia koronawirusem to przede wszystkim wysoka **gorączka, duszność, kaszel, utrata węchu** lub **smaku**.

**JAK ZAPOBIEGAĆ ZAKAŻENIU?**

- Często myj ręce** wodą z mydłem lub **dezynfekuj** je płynem na bazie alkoholu min. 60%.
- Zachowaj co najmniej 1,5 metra** odległości od innych osób.
- Przestrzegaj ograniczeń** wynikających z przepisów o stanie epidemii.
- Kiedy kaszlesz lub kichasz, zakrywaj usta i nos** zgiętym ramieniem lub jednorazową chusteczką.
- Zaskaniamaj usta i nos** w ogólnodostępnych przestrzeniach zamkniętych oraz w środkach komunikacji.
- W przypadku wystąpienia objawów charakterystycznych dla COVID-19**, skontaktuj się telefonicznie z lekarzem POZ lub w przypadkach zagrożenia zdrowia lub życia, niezwłocznie zadzwoń pod numer alarmowy 112 lub 999.

**Infolinia NFZ**  
**800 190 590**

[www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)

**STOP COVID** Więcej informacji na [www.gov.pl/stopcovid](http://www.gov.pl/stopcovid)




### Załącznik nr 3

Ogólne zasady postępowania przy zaobserwowaniu u siebie objawów

### Załącznik nr 4

Postępowanie w przypadku podejrzenia zakażeniem koronawirusem

### Załącznik nr 5

Jak zapobiegać zakażeniu

## POMIAR TEMPERATURY

- zaleca się wprowadzenie prewencyjnych bezdotykowych pomiarów temperatury na budowach. Pomiar temperatury w zależności od możliwości budowy może być realizowany w następujących formach:
- terminal do pomiaru temperatury,
- pomiar temperatury dokonywany przez wyznaczonego pracownika,
- pomiar dokonywany przez PDW i przekazywanie codziennego oświadczenia zgodnie ze każdej z firm.

## ORGANIZACJA STANOWISK PRACY

### Organizacja stanowisk pracy w przestrzeni biurowej budowy - zalecenia

- zorganizować należy stanowiska pracy pracownikom/zatrudnionym/mającym kontakt z interesantami/osobami trzecimi uwzględniając wymaganą odległość min. 1,5 m między stanowiskami pracy, jeżeli jest to możliwe ze względu na charakter pracy,
- jeśli nie ma możliwości spełnienia powyższego, na stanowisku pracy organizuje się przegrody z plexi lub innych materiałów,
- podczas powitań należy unikać kontaktu fizycznego (tj. podawania ręki, uścisków). Nie zaleca się kontaktu łokciami ani innymi częściami ciała z uwagą na brak zachowania zalecanej odległości między osobami,
- zaleca się pozostawianie otwartych drzwi w przejściach między biurami, pomieszczeniach ogólnodostępnych, toaletach,
- na wejściu do biura należy umieścić z poniższymi zaleceniami – Plakat **Zalecenie NR 5 – „Podstawowe zalecenia w miejscu pracy”**,

## PODSTAWOWE ZALECENIA W MIEJSCU PRACY



Często myj ręce i dezynfekuj odpowiednimi środkami.



Zachowaj odstęp na stanowiskach i od rozmowy. Po odejściu od stanowiska załóż maseczkę.



Nie podawaj ręki! Zachowaj bezpieczny dystans.

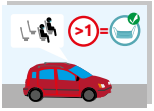


Pozostaw otwarte drzwi w toaletach oraz przejściach pomiędzy biurami.



Unikaj dotykania oczu, nosa i ust.

## STOSUJ MASKĘ W PRZYPADKU:



Dojazd do pracy/pracy.



Przyjmowanie interesantów/osób z zewnątrz.



Jeżeli nie ma zachowanej odległości 1,5 m pomiędzy stanowiskami. Zawsze stosuj maseczkę.



Wykonywanie prac w przestrzeni publicznej.



Wychodząc z budowy/biura na zewnątrz.

W przypadku zachorowania lub kontaktu z osobą zakażoną lub znajdującą się na kwarantannie powiadom przełożonych.

## Zalecenie NR 5

Podstawowe zalecenia w miejscu pracy

## Organizacja stanowisk pracy w przestrzeni biurowej – środki bezpieczeństwa

- zaleca się ustawić skrzynię na korespondencję na zewnątrz w celu ograniczenia kontaktu z listonoszami i kurierami. Kurier lub listonosz nie może przebywać w kontenerach budowy,
- zaleca się samokontrolę temperatury, współodpowiedzialność za osoby z którymi pracujemy, wykonywanie prewencyjnych pomiarów temperatury oraz informowanie przełożonego o złym samopoczuciu,
- określić należy limity ilościowe osób przebywających w określonych pomieszczeniach typu sanitariaty lub kuchnie,
- wdrożyć należy codzienną dezynfekcję stanowiska pracy, części wspólnych - zobowiązanie firm sprzątających. Dezynfekcja odbywa się poprzez czyszczenie powierzchni wspólnych detergentami lub środkami do dezynfekcji powierzchni,,
- zaleca się ograniczenie spotkań, ilości osób na naradach i zebraniach oraz pierwszeństwo wideokonferencji nad spotkaniami fizycznymi,
- powyższe zalecenia powinny być dostępne dla pracowników w widocznym miejscu w formie plakatu z **Zaleceniem NR 3 „Dbajmy, aby ludzie byli bezpieczni”**.

## DBAJMY, ABY LUDZIE BYLI BEZPIECZNI

PODJĘLIŚMY NASTĘPUJĄCE ŚRODKI BEZPIECZEŃSTWA W BIURACH:



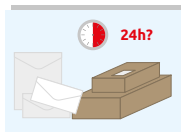
Wejście/Wyjście do/z biura. Pomiar temperatury.



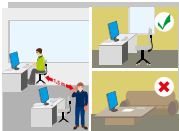
Rekomendowany transport indywidualny



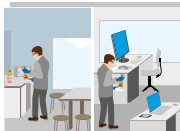
Płyn do dezynfekcji. Czytaj ulotki informacyjne, stosuj się do zasad.



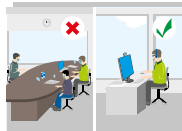
Kwarantanna paczek i listów.



Organizacja stanowisk pracy z zachowaniem 1,5m odległości. Praca zdalna. Praca rotacyjna.



Codzienna dezynfekcja.



Ograniczenia w kontaktach z osobami trzecimi. Narady w formie wideokonferencji.



Jeśli się czujesz - bądź współodpowiedzialny, poinformuj przełożonego.



Korzystanie z windy dozwolone dla max. 2 osób w maseczkach.

**BĄDŹ ODPOWIEDZIALNY ZA BEZPIECZEŃSTWO SWOJE I KOLEGÓW**

## Zalecenie NR 3

Zalecenia dotyczące organizacji pracy w biurze

## Organizacja stanowisk pracy na budowie – stanowisko pracy

- zachować należy minimalny odstęp 1,5 m pomiędzy stanowiskami pracy w których pracownik lub zespół wykonuje pracę,
- umieścić w widocznym miejscu, w bezpośrednim otoczeniu stanowiska pracy, powyższe zalecenie obowiązujące na budowie.

 Porozumienie dla Bezpieczeństwa w Budownictwie

Zalecenie NR 1

### NOWE ZALECENIA I OBOWIĄZKI NA BUDOWACH



**STANOWISKO PRACY**

**1,5 m**

To **minimalny odstęp** pomiędzy stanowiskami pracy, w których pracownik lub zespół pracowników wykonuje pracę. Tam gdzie to tylko możliwe i wykonalne, utrzymanie odległości 1,5 m pomiędzy pracownikami (nawet w zespole) jest priorytetem.

Rozporządzenie w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy (Dz.U. 1997 nr 129 poz. 844).  
§ 2 punkt 8 stanowisko pracy – rozumie się przez to przestrzeń pracy, wraz z wyposażeniem w środki i przedmioty pracy, w której pracownik lub zespół pracowników wykonuje pracę.

VZ - 06.11.2020

### Zalecenie NR 1

Odległość na stanowisku pracy

## Organizacja stanowisk pracy na budowie – środki bezpieczeństwa

- należy właściwie rozplanować godziny rozpoczęcia pracy przez firmy PDW – zastosować różne godziny rozpoczęcia pracy (przesunięcia, praca zmianowa) w celu uniknięcia dużych skupisk na wejściu/wyjściu oraz w kontenerach/szatniach,
  - w szatniach pracowników jednocześnie może przebywać maksymalnie połowa składu,
- należy wprowadzić zasadę braku rotacji pomiędzy brygadami na budowach liniowych – wykorzystujemy kartę startową do określenia lokalizacji miejsca prac i identyfikacji osób z bezpośrednich kontaktów,
- osoby kierujące pracownikami i nadzór rotujący pomiędzy brygadami pracowniczymi mają obowiązek stosować maseczki,
- dojazdy pracowników do pracy busami organizujemy w sposób zapewniający większą odległość pracowników. Zaleca się zasadę zajętości połowy miejsc w busach,
- przerwy śniadaniowe i obiadowe muszą być tak planowane by zapewnić najwyżej połowę zajętości miejsc w kontenerach. Należy dzielić ekipy na grupy by unikać konieczności skupiania dużej ilości pracowników w kontenerach,
- osoby zatrudnione na różnych budowach i uczestniczące w procesie budowy podczas pobytu mają obowiązek przez cały czas stosować maseczki i zapewnić systematyczną dezynfekcję rąk,
- zadbać należy o wietrzenie kontenerów oraz codzienne ich czyszczenie detergentami przez wyznaczone osoby lub firmy zewnętrzne,
- umieścić w widocznym, ogólnodostępnym dla pracowników miejscu – zalecenie dotyczące organizacji pracy na budowie.

## DBAJMY, ABY LUDZIE BYLI BEZPIECZNI PODJELIŚMY NASTĘPUJĄCE ŚRODKI BEZPIECZEŃSTWA:



Wejście/Wyjście na teren budowy.



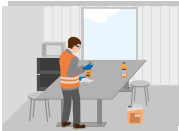
W pojazdach do 7 miejsc wraz z kierowcą można zajmować wszystkie miejsca. W pojazdach do 8-9 miejsc wraz z kierowcą można zajmować tylko 4 miejsca.



Organizacja przerw śniadaniowych, obiadowych – zachowanie bezpiecznej odległości. Różny przerwy w różnym czasie, nie mieszać brygad.



Rotacyjne rozpoczynanie pracy lub zastosowanie pracy zmianowej.



Codzienna dezynfekcja środkami chemicznymi części wspólnych.



Ograniczenie kontaktów bezpośrednich, narad, spotkań i wyjazdów:  
- zalecane wideokonferencje  
- zalecane narady, szkolenia multimedialne.  
Po odjeździe od biura/stronowiska założyć maskę.



Tam gdzie jest niemożliwe zastosowanie odległości 1,5 m ze względu na rodzaj prowadzonych prac zalecamy stosowanie odpowiednich SSI zgodnie z decyzją kierownika budowy/robót.



Płynny do dezynfekcji na budowach i w biurach, nie zapomnij o instrukcjach i plakatach informacyjnych.

**BEZPIECZEŃSTWO LUDZI GWARANCJĄ  
BEZPIECZEŃSTWA INWESTYCJI**

V2 - 07-11-2020

## Zalecenie NR 2

Organizacja pracy na budowie

## Pomieszczenia higieniczno – sanitarne

- w łazienkach i sanitariatach używanych przez pracowników należy zapewnić mydło w płynie i bieżącą wodę, w miarę możliwości zarówno zimną jak i ciepłą. W miejscach, w których brak możliwości zapewnienia wody i mydła, umieścić pojemniki ze środkiem do dezynfekcji rąk (zawartość alkoholu w takim preparacie nie może być niższa niż 60%),
- zapewnić nieprzerwaną dostępność ręczników papierowych w łazienkach. W związku z powyższym konieczne jest zapewnienie koszy / pojemników do czasowego gromadzenia odpadów,
- zapewnić również w pomieszczeniach higieniczno-sanitarnych ręczniki papierowe oraz dozowniki z mydłem
- przy przenośnych toaletach TOI TOI, rozmieszczonych na terenie budowy - umieścić dozowniki z płynem do dezynfekcji rąk lub mydłem w płynie,
- umieścić w widocznym miejscu, w pomieszczeniach higieniczno-sanitarnych na terenie biura plakat, przypominający o znaczeniu regularnej higieny rąk – „*Jak skutecznie myć ręce?*”.

## Jak skutecznie myć ręce?



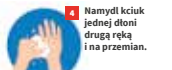
1 Zwiłż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydł obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydł je.



4 Namydł kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



5 Namydł wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydł obydwie nadgarstki.



7 Splucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszusz je starannie.



Całkowity czas: 30 sekund

**Nie zapomnij umyć tych obszarów:**



## Załącznik nr 6

Jak skutecznie myć ręce?

## DOSTĘPNOŚĆ I PRZECHOWYWANIE ŚRODKÓW OCHRONY

### Miejsce przechowywania środków ochrony

- zapewnić miejsce przechowywania środków ochrony (m.in. maseczki ochronne, rękawiczki ochronne, płyny do dezynfekcji). Środki ochrony należy przechowywać w czystym i suchym miejscu,
- w miejscu przechowywania środków należy umieścić **Zalecenie NR 4** „Instrukcja używania i dezynfekcji maseczki” oraz **Zalecenie NR 6** „Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć rękawice”. Zalecenia nr 4 i zalecenia nr 5 muszą znajdować się również w ogólnodostępnych miejscach na budowie.



Zalecenie NR 4

### INSTRUKCJA UŻYWANIA I DEZYNFEKCJI MASECZKI



Przed założeniem maseczki umyj/ zdezynfekuj ręce.



Zakładaj maseczkę oboma rękoma łapiąc za gumki lub sznurki tak by przylegała do twarzy, zakrywając w pełni nos oraz usta. Nie dotykaj rękoma części materiałowej maski - zewnętrznej i wewnętrznej.



Przed zdjęciem maseczki umyj/ zdezynfekuj ręce.



Zdejmij maseczkę oboma rękoma łapiąc za gumki lub sznurki. Nie dotykaj rękoma części materiałowej maski - zewnętrznej i wewnętrznej.



Po zdjęciu maseczki spryskaj ją środkiem do dezynfekcji i umieść w woreczku.



W przypadku stosowania maseczki jednorazowej wyrzuć ją do kosza.



Po zdjęciu maseczki umyj/zdezynfekuj ręce.



Wypierz maseczkę z użyciem detergentu w temperaturze 60°C- 90°C (według zaleceń producenta). Nie należy prać z innymi materiałami.




Dokładnie wysusz maseczkę. Zalecane prasowanie w temperaturze ustawionej na bawełnę. Nie używaj wielokrotnie masek jednorazowych.

V2 - 2010.2.020

### Zalecenie NR 4

Instrukcja używania i dezynfekcji maseczki




Zalecenie NR 6

### JAK PRAWDŁOWO NAŁOŻYĆ I ZDJĄĆ RĘKAWICZKI

Przed nałożeniem rękawic **dokładnie umyj ręce wodą z mydłem przez minimum 30 sekund lub zdezynfekuj.**

**Rękawice zaleca się stosować:**


- podczas zamywania samochodów,
- odbioru paczek, podczas konieczności otwarcia dokumentów,
- pomiaru temperatury innym pracownikom,
- odkażania stanowisk pracy, powierzchni dotykowych (klamki, włączniki światła itp.),
- w innych, nie wymienionych wyżej sytuacjach, gdy występuje ryzyko zakażenia.



Wymyj rękawice z opakowania za mankiet.



Uchwyć je w miejscu, w którym powinien znajdować się nadgarstek i płynnym ruchem wsuń ją na dłoń.



Nałóż pierwszą rękawicę.




Drugą rękawicę wymyj gołą dłonią z opakowania.



Odwróć zewnętrzną powierzchnię nakładanej rękawicy zgiętymi palcami dłoni w rękawicy i nałóż na drugą rękę.



Złap palcami jedną rękawicę na wysokości nadgarstka i ściągnij ją wyrzucając rękawicę wewnętrzną stroną na wierzch.



Trzymaj zdjętą rękawicę w dłoni w rękawicze i ruchem ślizgowym wódtw palce gołej dłoni między rękawicę a nadgarstek. Drugą rękawicę ściągaj wzdłuż dłoni a następnie naciągnij na trzymaną w palcach rękawicę.



Wyrzuć rękawicę do kosza.

### ZDEJMOWANIE

### Zalecenie NR 6

Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć rękawice

---

## NARADY, SPOTKANIA OGÓLNE

- należy unikać niepotrzebnych spotkań. Obecność na spotkaniach fizycznych powinna być ograniczona do niezbędnych osób, powinny one zachowywać między sobą odpowiednią odległość min 1,5 m lub stosować maseczki ochronne,
- narady zespołów osób zatrudnionych na różnych budowach należy ograniczyć do minimum, a jeżeli muszą się odbyć to tylko i wyłącznie w maseczkach. Należy stosować wideokonferencje lub inne formy komunikacji zdalnej,
- osoby spoza budowy uczestniczące na naradzie mają obowiązek stosować maseczki ochronne,
- narady organizujemy za pomocą wideokonferencji lub na świeżym powietrzu w ograniczonym składzie. W razie konieczności przeprowadzenia narady w formie tradycyjnej stosujemy powyższe zasady oraz wydzielamy jedno pomieszczenie do spotkań/narad, w których na bieżąco dezynfekujemy części wspólne – stoły, ekspresy, kłamki,
- należy unikać niepotrzebnych spotkań biznesowych, w szczególności w zakresie spraw, które mogą być załatwione drogą telefoniczną lub za pomocą wideokonferencji i nie rotujemy składami z budów i biur na takich spotkaniach w celu ograniczenia ryzyka rozprzestrzenienia się koronawirusa.

---

## SZKOLENIA, SPOTKANIA WPROWADZAJĄCE

- szkolenia informacyjne/wprowadzające realizowane są: w miarę możliwości na otwartym terenie a jeżeli warunki atmosferyczne na to nie pozwalają należy szkolenie przeprowadzić w trybie przewidzianym dla narad/spotkań z obowiązkiem stosowania maseczek ochronnych bez względu na odległości przewidziane w sali i ilość uczestników,
- pomieszczenie po zakończonym szkoleniu wprowadzającym/informacyjnym należy przewietrzyć i zdezynfekować. Ponadto należy salę wyposażyć w dozownik ze środkiem dezynfekującym oraz ręcznik papierowy lub chusteczki jednorazowe. Za dezynfekcję sali i jej przewietrzenie po zakończonym szkoleniu, rozstawienie krzesel w odległości minimum 1,5 metra, zapewnienie środka dezynfekującego, dopilnowanie aby na sali nie przebywała większa liczba osób niż określono w informacji odpowiada Generalny Wykonawca (GW) organizator.
- do programów szkoleń należy wprowadzić informację nt. zaleceń i zasad higieny w czasie epidemii, oraz procedurę postępowania w przypadku objawów zakażenia.

Pozostałe szkolenia grupowe zaleca się zawiesić do odwołania (nie dotyczy szkolenia w formie online).

### Transport zbiorowy

- środki transportu zbiorowego do użytku wewnętrznego budowy tj. autobusy, busy lub pociągi w przypadku pracy w tunelach, powinny być sprzątane przynajmniej raz dziennie, przy użyciu detergentów przeznaczonych do użytku komercyjnego (poręczce i uchwyty należy czyścić ze szczególną uwagą),
- pojazdami samochodowymi przeznaczonymi konstrukcyjnie do przewozu powyżej 7 i nie więcej niż 9 osób łącznie z kierowcą - danym pojazdem można przewozić, w tym samym czasie, nie więcej osób niż wynosi połowa miejsc siedzących,
- organizacja dojazdów do pracy powinna odbywać się transportem indywidualnym w celu unikania środków komunikacji publicznej. Jednocześnie powyższe zalecenia powinny być dostępne dla pracowników w widocznym miejscu w formie plakatu z **Zaleceniem NR 2 „Dbajmy, aby ludzie byli bezpieczni”** oraz plakatu z **Zaleceniem NR 3 „Podstawowe zalecenia w miejscu pracy”**.

---

## ZASADY SPRZĄTANIA, DEZYNFEKCJI I HIGIENY

### Pomieszczenia ogólnodostępne

- należy okresowo wietrzyć pomieszczenia poprzez otwarcie okien i drzwi,
- pomieszczenia pracy, sale konferencyjne w tym biurka, stoły muszą być dezynfekowane codziennie odpowiednimi detergentami przez firmy sprzątające (wymaga to uzgodnienia z wynajętymi firmami),
- należy dezynfekować przestrzeń wspólną w budynku (podłogi, schody, wnętrza wind itp.) oraz powierzchnie dotykowe (kłamki, stoły w salach konferencyjnych, poręczce, włączniki światła, domofony, ekspresy do kawy, przyciski w windach itp.), wymaga to uzgodnienia i skoordynowania,
- zamieszczamy informacje o ilości osób mogących przebywać jednocześnie w miejscach ogólnodostępnych – kuchnie, toalety, (preferowane 2-3 osoby w zależności od wielkości pomieszczenia, przestrzeni windy),
- toalety, przebieralnie, kuchnie czy jadalnie powinny być sprzątane przynajmniej raz dziennie, przy użyciu detergentów przeznaczonych do użytku komercyjnego.



## Sprzęt komputerowy i dzielone stanowiska pracy

- w miarę możliwości należy unikać wspólnego korzystania ze sprzętu komputerowego, jednak w przypadku gdy jest to konieczne (np. w pomieszczeniach sterowania maszynami [np. WMB, węzły betoniarskie itp.] lub w przypadku pracy zmianowej), każdy pracownik przed rozpoczęciem pracy oraz po jej zakończeniu powinien wyczyścić elementy wspólne sprzętu, z którego korzystał tj. myszkę, klawiaturę i przyciski obsługiwanych urządzeń sterowniczych, jak również główną powierzchnię roboczą. Powyższe czynności powinny być wykonywane na początku i na końcu każdej zmiany. Zaleca się obsługę w rękawiczkach.

## Urządzenia telekomunikacyjne

- należy unikać wspólnego korzystania ze sprzętu telekomunikacyjnego takiego jak np. telefony czy krótkofalówki. W przypadku gdy wspólne korzystanie ze sprzętu telekomunikacyjnego jest konieczne, sprzęt taki należy zdezynfekować po każdym użyciu.

## Maszyny, pojazdy i pozostały sprzęt roboczy

- w miarę możliwości dla każdego sprzętu roboczego należy wyznaczyć tylko jednego użytkownika. W przypadku sprzętu, z którego korzysta się w systemie zmianowym, często dotykane elementy służące sterowaniu i kontroli (kierownice, dźwignie, pokrętła i przyciski) należy zdezynfekować,
- sprzęt i pojazdy z zamkniętymi kabinami należy wietrzyć. W tym celu zaleca się otworenie drzwi i okien na 3 – 5 minut,
- powyższe czynności, dezynfekcji i wietrzenia, powinny być wykonywane na początku i na końcu każdej zmiany, elektronarzędzia i narzędzia z rękojeścią / rączką należy w miarę możliwości przydzielić jednemu pracownikowi. W przypadku sprzętu współdzielonego lub potrzeby obsługi narzędzia przez kilku pracowników, części dotykowe urządzenia należy dezynfekować.

## SPOSÓB POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU STWIERDZENIA ZACHOROWANIA/WYSTĄPIENIA OBJAWÓW

- w przypadku, gdy osoba ze stwierdzonym zachorowaniem na COVID-19 wystąpi na kontrakcie/dziale/ jednostce lub wystąpią objawy mogące świadczyć o zachorowaniu należy niezwłocznie odizolować osobę wskazując jej tryb działania

**Wewnętrzny sposób postępowania przy wystąpieniu u pracownika objawów jak kaszel, duszności, problemy z oddychaniem, utrata węchu lub smaku, gorączka**

Tryb postępowania ustalony przez Instytucję Państwową (GIS) ma pierwszeństwo przed wewnętrznym trybem postępowania, który służy jedynie celom prewencyjnym większej transmisji koronawirusa na budowie, w biurze lub innej jednostce organizacyjnej

**Wystąpienie objawów,**

- Pracownik informuje KKKB/przełożonego oraz postępuje zgodnie z zaleceniami, tj. kontakt z lekarzem POZ w celu zasięgnięcia konsultacji lekarskiej
- KKKB/przełożony niezwłocznie izoluje pracownika z objawami od pozostałych współpracowników oraz przekazuje konieczność zgłoszenia się do lekarza POZ,
- Praca zdalna dla pracownika z objawami do czasu wyjaśnienia sprawy, po konsultacji lekarz NFZ powinien wystawić skierowanie na test lub pracownik powinien ubiegać się o zwolnienie lekarskie,
- KKKB/przełożony zbiera wszystkie dane potrzebne do ustalenia potencjalnych kontaktów mogących być przyczyną objawów,
- KKKB/przełożony niezwłocznie informuje dział bhp oraz ustalany jest tryb działania,
- Następuje prewencyjna dezynfekcja części wspólnych dostępnymi środkami do dezynfekcji – odpowiedzialność kierownika jednostki,
- Weryfikacja z pracownikiem informacji jakie uzyskał od lekarza POZ,

Wynik testu negatywny – brak działania, pracownik podejmuje leczenie zgodnie ze wskazaniem lekarza

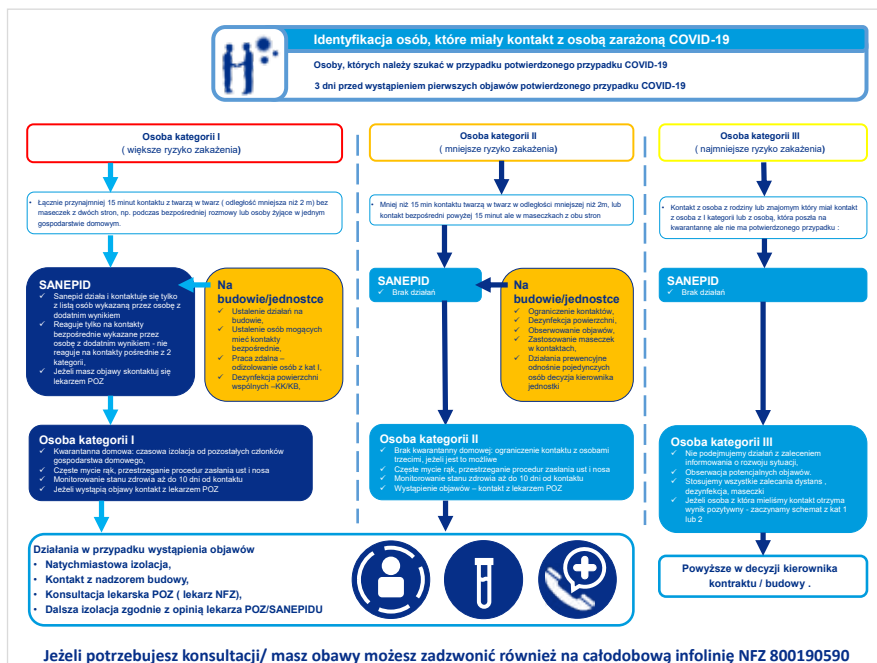
Wynik testu pozytywny – przechodzimy do trybu działania ze schematu kontaktów

Jeżeli potrzebujesz konsultacji/ masz obawy możesz zadzwonić również na całodobową infolinię NFZ 800190590

### Załącznik nr 7

Sposób postępowania przy wystąpieniu objawów

- w przypadku potwierdzenia, iż osoba ze stwierdzonym zachorowaniem na COVID-19 przebywała na terenie realizacji kontraktów budowlanych należy:
  - Poinformować służby wewnętrzne każdej firmy
  - Realizować zalecenia służb sanitarnych oraz pozostawać w kontakcie z nimi – odpowiedzialny jest każdy pracownik Generalnego Wykonawcy, Podwykonawców, Inwestora oraz inne osoby przebywające na Placu Budowy (Kierownik Kontraktu lub Kierownik Budowy),
  - Pozostałe działania zgodnie ze schematem z załącznika nr 7,
  - Uruchomić tryb wewnętrzny opracowany w każdej firmie dla tego typu przypadków.



## Załącznik nr 8

Identyfikacja osób, które miały kontakt z osobą zarażoną

**Zakazuje się przebywania na terenie budowy pracowników z objawami grypy lub przeziębienia (gorączka, kaszel, ból głowy, ból gardła, problemy z oddychaniem, ból w klatce piersiowej). Osobą odpowiedzialną za egzekwowanie powyższego zakazu jest bezpośredni przełożony.**