



COVID-19

GÜVENLİ ÇALIŞMA

REHBERİ



YEDİTEPE
ÜNİVERSİTESİ

İŞ SAĞLIĞI GÜVENLİĞİ
VE ÇEVRE BİRİMİ



Covid-19 Güvenli Çalışma Rehberi

Tüm dünyayı etkisi altına alan Covid-19 salgını, virüsün mutasyona da uğramasıyla birlikte etkisini giderek arttırmaktadır.

Sürecin en başından itibaren olduğu gibi Sağlık Bakanlığı, Bilim Kurulu veya Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığının hazırlayacağı sektörel düzenlemeler ile uyumlu şekilde gerekli önlemler alınmakta, belirli aralıklarla güncellenmekte ve tarafınızla paylaşılmaktadır.

Sizlerin, iş arkadaşlarınızın ve ailenizin güvenliği ve sağlığı için aşağıdaki alınan önlemlere eksiksiz şekilde riayet edilmesinin zorunlu olduğu konusunda, bilgilerinize önemle ve özellikle rica ederiz.

- 1.** Sabah evden çıkmadan ateşinizi ölçün. Ateşiniz; 37,8 derecenin üzerindeyse, öksürük, solunum sıkıntınız varsa ve kendinizi iyi hissetmiyorsanız işe gelmemeli ve iş yeri yöneticinize ve iş yeri hekiminize bilgi vermelisiniz. Maskenizi takarak en yakın sağlık merkezine başvurmalısınız.
- 2.** Aile içinde veya yakın çevrenizde hasta olması ya da halsizlik, yorgunluk, kas ağrıları vb. Covid-19 bulguları olması durumunda işe gelmemeli ve iş yeri yöneticisine ve iş yeri hekimine temaslı olduğunuz konusunda bilgi vermelisiniz.
- 3.** Bu dönemde salgının seyrinin yoğun olduğunu unutmayarak toplu herhangi bir organizasyonda (düğün, nişan, kalabalık toplu yemek, cenaze, vb.) bulunmamalısınız. Bulunulması zaruri olduğu hallerde yöneticinize bilgi vererek evde 5 gün izolasyonda kalmalı ve iş yerine gelmemelisiniz. Yine içinde bulunduğumuz bu riskli dönemde, ibadetlerimizi gerçekleştirirken kalabalık ortamlarda bulunmamaya özen göstermelisiniz.
- 4.** Toplu seyahatlerin yapıldığı uçak veya otobüs seyahatlerinden sonra yöneticinize bilgi vermelisiniz. Dönüş sonrası en az 5 gün tedbir amaçlı bireysel semptom takibi önemlidir. İzinlerinizin planlanmasını buna göre yapmalısınız. Pandeminin seyrine göre sürece dair değişiklik olduğunda yine bilgilendirme yapılacaktır. Zorunlu olmadıkça bu tarz seyahatleri ileri bir tarihe ertelemelisiniz.

- 5.** HES kodları günlük olarak titizlikle sorgulanmaktadır. HES kodunuzu paylaşırken süresiz HES kodunuzu paylaşmalısınız.
- 6.** Ateşiniz 37,8 derecenin altındaysa maskenizi takarak evden çıkmalısınız.
- 7.** Toplu taşıma kullanılan durumlarda, sosyal mesafenin korunmasına zen göstermeli ve seyahat süresince maskenizi takmalısınız.
- 8.** Servis kullanıyorsanız ateşiniz servise bindiğinizde ölçülecek ve ateşi 37,8 derecenin üzerinde olan kişiiler servis aracına alınmayacaktır. Serviste her gün aynı yere oturmalı ve seyahatiniz boyunca maske takmalısınız. Servislerde yiyecek içecek tüketmemeli ve gerekmedikçe konuşmamalısınız. Servisten indikten sonra iş yerine yürürken 1,5 metrelik mesafeyi koruyarak yrmelisiniz.
- 9.** Binek araçlar ile seyahat ediyorsanız, seyahatiniz boyunca maske takmalı ve camları açarak doğal havalandırmayı tercih etmelisiniz.
- 10.** Döner kapıları, bölme başına birer kişi olacak şekilde kullanmalısınız.
- 11.** işe giriş ve çıkışlarda; PDKS kayıt sistemine, kartınızı okuyucuya değmeyecek şekilde okutmalısınız.
- 12.** Çalışma alanınıza gitmeden ellerinizi en az 20 saniye su ve sabunla ovalayarak yıkamalısınız. Su ve sabuna ulaşamıyorsanız el dezenfektanı kullanmalısınız.
- 13.** iş yerinde maskenizi sürekli takılı tutmalısınız. Maskenizi; ısladığında, kirlendiğinde ya da zarar gördüğünde değiştirmelisiniz. Maskenizi değiştirirken ve düzeltirken n yüzüne dokunmamalısınız. Kullandığınız maskeleri ve eldivenleri bina girişlerinde bulunan maske ve eldivenler için özel olarak ayrılmış atık kutularına atmalısınız. Maske kullanılmadığında ya da maske yanlış kullanıldığında İnsan Kaynakları Müdürlüğünce tarafınıza uyarı verilecektir.
- 14.** Çalışma alanınızı ve özellikle masanızdaki kişiisel ofis eşyalarınızı sık sık dezenfekte etmelisiniz. Temizlik işleminin daha etkili şekilde yapılabilmesi için masalarındaki kişiisel eşyaların sayısı olabildiğince azaltmalısınız.
- 15.** Ofis eşyalarını, ortak kullanmaktan kaçınmalısınız. Kendi ofis telefonlarınızı kullanmalı ve ofis arkadaşınızın telefonu çaldığında aramayı kendi telefonunuza ekmelisiniz.

- 16.** Mümkün olduğunca dışarıdan ziyaretçi kabul etmemelisiniz.
- 17.** Grşmelerinizi ve toplantılarınızı mümkün olduğunca çevrim içi sistemler üzerinden yapmalısınız.
- 18.** Ofislerde masa önündeki koltukları kullanmamalı ve 15 dakikadan fazla yüz yüze görüşme yapmamalısınız. Odalarda yapılan görüşmeleri ve toplantıları, odaların büyüklüğünü de dikkate alarak en fazla 4 m²'ye 1 kişi düşecek şekilde gerekleştirmelisiniz.
- 19.** Ellerinizi sık sık su ve sabunla ovalayarak yıkamalısınız. Su ve sabuna ulaşamadığınız durumlarda el dezenfektanı kullanabilirsiniz.
- 20.** Ellerinizi; yüzünüze, gözünüze ve burnunuza srmemelisiniz.
- 21.** Mümkün olduğunca ellerinizle ortak alan yüzeylerine temas etmekten kaçınmalısınız. Temas etmek zorunda kaldığınızda ellerinizi öncelikle yıkamaya alıřmalđ, yıkayamıyorsanız el dezenfektanı kullanmalısınız.
- 22.** İş yerinde eldiveni ancak belli bir alanın temizliği esnasında kullanmalı ve işinizi bitirdikten sonra eldiveni hemen çıkarmalı ve bina girişlerindeki maske eldiven atık kutularına atmalısınız.
- 23.** Zorunlu olmadıkça asansörleri kullanmamalısınız. Mümkün olduğunca asansör yerine merdivenleri kullanmalısınız. Asansörü kullanmanız gerektiğinde en fazla iki kişi olacak şekilde kullanmalısınız.
- 24.** Bu dönemde, revir ve iş yeri hekimliği bulaş riskinin en yüksek olduğu alanlar olacaktır. Mecbur kalmadıkça revir ve iş yeri hekimliği ziyareti yapmamalısınız. Sağlık personeli ile iletişim sağlamanız gerektiğinde öncelikle telefon, mail vb. uzaktan bağlantı yöntemleri veya randevu yöntemi tercih etmelisiniz.
- 25.** Bu süreç sona erinceye kadar çalışma alanlarındaki su sebilleri kullanıma kapatılmıştır. Su ihtiyaınızı iş yerinde dağıtımı gerçekleştirilen pet şişeler ile sağlayabilirsiniz.
- 26.** Pet şişe atıklarınızı çalışma alanlarınızda bulunan Karışık Ambalaj Atık Kutularına atarak pet şişelerin geri dönüşümlerine yardımcı olmalısınız.
- 27.** İş yerine, ticari olmayan kişisel kargoların teslimatları sınırlandırılmıştır. Kişisel kargolarınızı, iş yerine ynlendirmemelisiniz.

- 28.** İş yerinde zorunlu olmadıkça ofis ziyaretlerinde bulunmamalısınız.
- 29.** Yemekhanede kullanacağınız eşyalar tek kullanımlık ambalajlarda sunulmaktadır. Yemeğinizi tükettiğiniz alanlarda sosyal mesafe kurallarına dikkat etmelisiniz.
- 30.** Bu süreçte, bağışıklık sisteminizi güçlendirecek şekilde beslenmeye özen göstermelisiniz. İhtiyaç duyduğunuzda, konuyla ilgili kurum diyetisyenimizden bilgi ve yardım alabilirsiniz.
- 31.** Çalışma alanlarındaki klimaları ve funcoilleri kapalı tutmalısınız. Çalışma alanınızda veya çalışma alanınıza en yakın mesafede bulunan pencereleri ve kapıları açık tutarak mümkün olduğunca doğal havalandırmadan yararlanmalısınız. Ofisinizde sürekli temiz hava sirkülasyonu sağlamaya çalışmalısınız.
- 32.** Çalışma alanlarında bulunacak kişi sayısı 4m²'ye 1 kişi olacak şekilde düzenlenmektedir. Çalışma alanlarınızda yeterli sosyal mesafe olmaması durumunda yöneticinize bilgi vererek çözümü noktasında planlama yapılması için talep oluşturmalsınız.
- 33.** Çalışma ortamınızda iki ve daha fazla kişi bulunması durumunda yiyecek ve içecek tüketimi yapmamalısınız.
- 34.** Açık alanlarda sigara içerken en az 2 metre sosyal mesafe kuralına uymalısınız.
- 35.** Covid-19 sayfamızdaki güncel duyuru ve rehberleri detaylıca takip etmelisiniz.

Sağlıklı günlerde görüşmek üzere, iyi çalışmalar dileriz.



**YEDİTEPE
ÜNİVERSİTESİ**

**İŞ SAĞLIĞI GÜVENLİĞİ
VE ÇEVRE BİRİMİ**

