

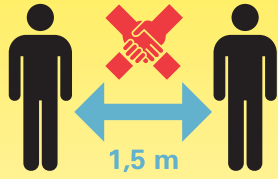


Çalışma talimatları

Protokol **C**

COVID-19, korona virüsünün neden olduğu bulaşıcı bir hastalıktır. Bu korona virüsü insandan insana hızla yayılır. Yayılma, hapşırık ve öksürük damlacıklarıyla gerçekleşir. Özellikle doğrudan hava yoluyla, ancak kapı kolları, merdiven korkulukları, ışık düğmeleri, musluklar, tezgâhlar, bilgisayar fareleri, klavyeler ve bunun gibi düz yüzeyler aracılığıyla da yayılır. Virüs taşıyan bir kişinin hapşırık ve öksürük damlacıklarıyla temas ettiğinizde burnunuz, ağzınız veya gözleriniz yoluyla virüsü kaparsınız. Virüs cilt yoluyla bulaşamaz. Hastalık genellikle hafif düzeydedir. 5 hastadan 1'inde ciddi akciğer iltihaplanması gelişir ve tıbbi bakım gerekir.

Korona virüsün yayılmasını kontrol altına almak için iyi hijyen ve temizlik önemlidir. Ancak bunu güvenli şekilde yapabilmelisiniz. Korona krizi sırasında nasıl güvenli şekilde çalışabileceğinizi burada listeleyeceğiz. Kendi güvenliğinizi ve başkalarının güvenliği için. Korona virüsü birlikte yeneceğiz.



5 genel davranış kuralı

**Kendinize ve diğerlerine bulaştırmaktan kaçının!
Her durumda bu 5 kurala uyun:**

1. Diğer kişilerle aranızda en az 1,5 metre mesafe bırakın. Bu, servis veya mola odaları için de geçerlidir!
2. Ellerinizi su ve sabun ile düzenli olarak iyice yıkayın. Ayrıca eldivenlerinizi çıkardıktan sonra da ellerinizi yıkayın.
3. Yüzünüze dokunmayın, özellikle gözlerinize, burnunuza ve ağzınıza. Ellerinizi düzgünce yıkadıktan sonra yüzünüze dokunabilirsiniz.
4. Dirseğinizin içine veya bir kâğıt mendilin içine öksürün veya hapşırın. Mendili hemen atın ve ellerinizi yıkayın.
5. Hafif derecede soğuk algınlığı belirtileri taşıyorsanız ve/veya ateşiniz varsa evde kalın.

Ellerinizi nasıl yıkıyorsunuz?

1. Ellerinizi iyice ıslatın.
2. Biraz sabun alın.
3. Ellerinizi en az 20 saniye boyunca yıkayın:
 - Ellerinizi birbirine sürün, üst ve alt bölümünün sabunla kaplandığından emin olun.
 - Tüm parmak uçlarını da ovalayın.
 - Parmak aralarınızı ovalayın.
 - Bilekleri de unutmayın.
4. Akan suyun altında sabunu iyice durulayın.
5. Ellerinizi tercihen kâğıt havlu ile tamamen kurulayın. Parmak aralarını unutmayın.
6. Kumaş havlular düzenli olarak yıkanmalıdır.

Protokol C, insanların karantina altında olduğu (enfeksiyonun henüz onaylanmadığı) ve/veya enfekte olduğu, ancak odadaki diğer tüm kişilerle 1,5 metre mesafeyi korumanın mümkün olmadığı alanlarda temizlik içindir.

Ne zaman evde kalmalıyım?

- Hafif derecede soğuk algınlığı belirtileri (burun akıntısı, boğaz ağrısı, hafif öksürük veya 38 dereceye kadar ateş) taşıyorsanız ve/veya ateşiniz varsa evde kalın.
- Eğer kendinizi daha iyi hissediyorsanız ve son 24 saat içinde hiçbir sağlık problemi yaşamadıysanız, işe geri dönebilirsiniz.
- Ailenizdeki bir kişide ateşli soğuk algınlığı varsa (38 derece veya üzeri).
- Ailenizde bir kişiye korona virüs bulaşmışsa. Hasta ile korunmasız geçen en son günden itibaren 14 gün boyunca evde kalmalısınız VE aile üyesi en az 1 gün boyunca hiçbir şikâyet göstermemelidir.

NOT Yaşamsal sektörlerde çalışıyorsanız, zorunlu ev karantinası yoktur:

> Hafif derecede soğuk algınlığı belirtileriniz varsa, ancak ateşiniz yoksa.

> Ailenizden bir kişide, ateşli veya ateşsiz soğuk algınlığı belirtileri varsa.

İşlerin güvenli şekilde yürütülüp yürütülemeyeceğine ve nasıl yürütülebileceğine ilişkin olarak işverenimize ve müşterinize danışın.

Nasıl çalışmalıyım?

Müşterinin kendi protokolü varsa, buna uyulmalıdır. Bununla birlikte, en az aşağıdaki koruma seviyesi karşılanmalıdır.

- Her zaman 5 genel kuralı uygulayın, bu durumda, insanlarla aranızda mümkün olduğunca fazla mesafe bırakın.
- Odaları her zamanki çalışma programına göre temizleyin. Temizlikten sonra banyolar, tuvaletler, kapı kolları, ışık düğmeleri, telefonlar ve merdiven korkulukları gibi temas noktaları onaylı dezenfektanlarla dezenfekte edilmelidir.
- Bezler ve moplar gibi temizlik malzemelerinizi her zamanki gibi yıkayabilirsiniz (en az 60°). Giysilerinizi diğer çamaşırlarla birlikte yıkayabilirsiniz.
- Atıkları çift çöp torbasının içine koyun. Ellerinizi yıkayın.

Kişisel koruyucu ekipman

- Uzun kollu bir önlük, tek kullanımlık eldivenler, yüz maskesi ve gözlük kullanın.
- Bunları girer girmez takın.

Kişisel Koruyucu Ekipmanın Takılması

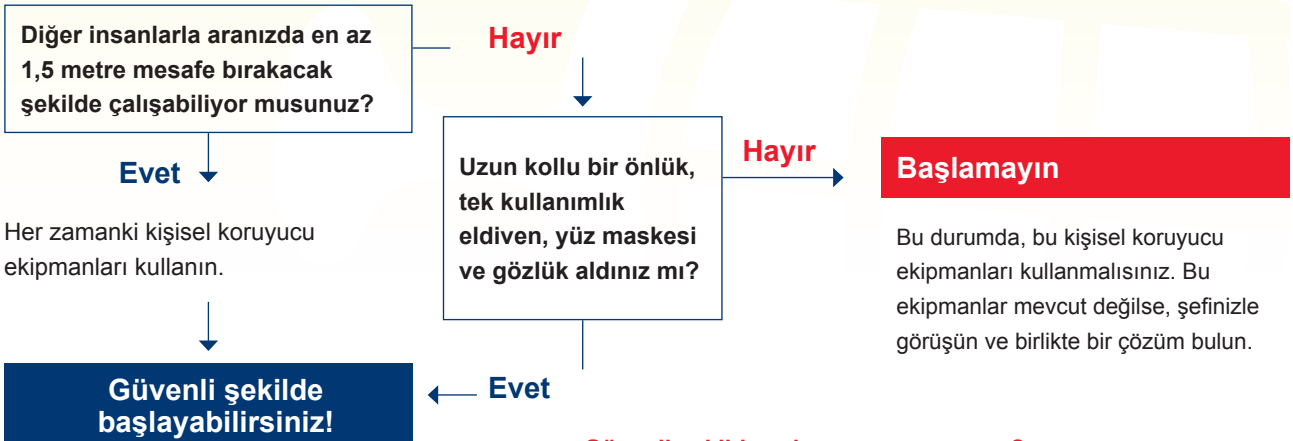
- Önce önlüğü takın.
- Ardından yüz maskesini takın. Maskenin yüzünüzü düzgün şekilde oturduğundan emin olun. Bunun için erkekler maskenin kenarlarının geleceği yerleri tıraş etmelidir. Burun kıskacının burna düzgün oturduğundan emin olun. Her maskede bu kısaç vardır, bu kısaç burna sağlam şekilde bastırılması gereken metal bir tokadır.
- Gözlükleri takın.
- Ardından eldivenleri takın. Eldiven, giysi kolunun üzerine çekilmelidir.

Kişisel Koruyucu Ekipmanın Çıkarılması

- Önce eldivenleri çıkarın ve ellerinizi yıkayın.
- Gözlükleri çıkarın.
- Önlüğünüzü çıkarın.
- Maskeyi çıkarın. Maskeye dokunmayın.
- Ellerinizi yeniden yıkayın. Ardından el kremi sürün.

İşe başlamadan önce:

Güvenli şekilde çalışıp çalışamayacağınızı kontrol edin



Güvenli şekilde çalışmıyor musunuz?

Çalışmaya başlamayın ve güvenli şekilde çalışmadığınızı işverenimize bildirin. Bu durumu işvereninizle birlikte çözemiyor musunuz? O hâlde durumu sendika veya RAS'a bildirin.