

Vispārējās vadlīnijas uzņēmumu darba organizēšanai COVID-19 pandēmijas laikā

Vadlīnijas sagatavotas, pamatojoties uz epidemioloģiskās drošības pasākumiem un pretepidēmijas pasākumiem Covid-19 izplatības ierobežošanai

DISTANCĒŠANĀS

Uzņēmumiem nepieciešams izvērtēt Covid-19 izplatīšanās riskus katrā darba vietā, īpašu uzmanību pievēršot situācijām, kurās klienti vai darbinieki atrodas tuvā kontaktā – mazāk par 2 m – ilgāk par 15 minūtēm vai uzturas ilgāku laiku nelielās telpās ar nepietiekamu ventilāciju, tai skaitā izvērtēt vietas, kur varētu notikt darbinieku pastiprināta pulcēšanās – pie ieejām, izejām, piemēram, caurlaižu vietās, darbinieku plūsma pārtraukumos, tai skaitā pusdienu pārtraukumos, gadījumos, ja ēdināšana notiek uz vietas. un organizēt šādu riska mazināšanas pasākumu ieviešanu un nodrošināšanu.

HIGIĒNA UN DEZINFEKCIJA

1. Nodrošināt iespēju roku mazgāšanai darbiniekiem, klientiem un citiem apmeklētājiem, kā arī informāciju par pareizu roku mazgāšanu, tai skaitā, ka rokas ar ziepēm jāmazgā vismaz 20 sekundes. Izvietot zīmes vai plakātus, lai atgādinātu par roku higiēnu. Uzsvērt roku mazgāšanas nozīmi pēc tualetes apmeklējuma, sabiedrisku vietu apmeklēšanas, pirms ēšanas, pēc kontakta ar slimiem cilvēkiem vai viņu apkārtējo vidi vai pieskaršanās priekšmetiem, kuriem pieskaras liels cilvēku skaits (piemēram, liftu pogas, skārienjūtīgi ekrāni).
2. Aprīkot roku mazgāšanas vietas ar ziepēm, papīra dvieļiem roku susināšanai un atkritumu tvertni to izmešanai. Atgādināt darbiniekiem un klientiem, ka krānu nepieciešamas aizvērt ar vienreiz lietojamu salveti, kuru pēc lietošanas jāizmet atkritumu tvertnē.
3. Gadījumos, kad nav iespējams nodrošināt roku mazgāšanas iespējas, nodrošināt darbiniekus ar individuāliem spirtu saturošiem roku dezinfekcijas līdzekļiem un rekomendēt darbiniekiem regulāri dezinficēt rokas.
4. Roku dezinfekcijas līdzekļus vēlams izvietot vairākās viegli pieejamās vietās, piemēram, pie ieejas/-ām ēkā/-s, telpās pie garderobēm, liftiem, pie koplietošanas priekšmetiem (piemēram, telefoni, kafijas aparāti u.tml).
5. Atgādināt darbiniekiem, ka, klepojot un šķaudot, jānosedz mute un deguns ar vienreizlietojamo salveti, kuru pēc lietošanas izmet atkritumu tvertnē, un pēc tam nomazgā vai dezinficē rokas, kā arī nepieciešamību izvairīties no nevajadzīgas pieskaršanās sejai (acīm, degunam un mutei) ar nemazgātām rokām. Ja nav pieejamas vienreizlietojamās salvetes, klepot vai šķaudīt iekšējā elkoņa locītavas virsmā (piedurknē), bet nevis plaukstā.
6. Veikt virsmu un grīdu biežu tīrīšanu un periodisku dezinfekciju, ja iespējams vairākas reizes dienā. Ja darbs noris vairākās maiņās, tad starp maiņām veikt telpu uzkopšanu un vēdināšanu. Telpu vēdināšanu veikt arī darba pārtraukumos. Nodrošināt vienreizējus atkritumu maisus, lai nepieskartos tvertnes saturam, veicot uzkopšanu.
7. Regulāri veikt bieža kontakta virsmu dezinfekciju, piemēram, durvju rokturu, gaismas slēdžu, lifta pogu, skārienjūtīgu ekrānu, koplietošanas biroja tehnikas pogu, trepju margu, krānu darba virsmu dezinfekciju. Nodrošināt, lai darbiniekiem ir pieejami ātras

iedarbības dezinfekcijas līdzekļi, kas iznīcina SARS-CoV-2 bieža kontakta virsmu dezinfekcijai un darbinieki (ne tikai uzkopšanas personāls) ir informēti par pareizu to lietošanu.

Pēc iespējas vēdināt telpas, periodiski atverot logus.

DARBA VIDE

1. Identificēt darba procesus, kurus var veikt attālināti. Nodrošināt attālināta darba iespēju darbiniekiem, kuri pilnībā vai daļēji spēj veikt savus darba pienākumus ārpus darba telpām.
2. Ieviest elastīgu darba grafiku vai darbu maiņas, nodrošināt šo darbinieku nekrustošanos, t.i. katras maiņas darbinieki nemainās un starp maiņām, ja iespējams, ir pārtraukuma periods personāla nomaiņai.
3. Prioritāri nodrošināt attālinātu darbu vai citus papildu piesardzības pasākumus darbiniekiem, kas ir informējuši darba devēju par esamību riska grupā smagai Covid-19 norisei, piemēram, darbinieki ar hroniskām slimībām (kardiovaskulāras slimības, bronhiāla astma, u.tml.), imūndeficītu, vecumā virs 65 gadiem.
4. Telpās darbiniekiem sēdēt vai strādāt, ievērojot vismaz 2 m distanci vienam no otra.. Pārdomāt darba zonu izvietojumu telpā.
5. Samazināt darbinieku iespējas izmantot citu darbinieku darba vietas, darba piederumus, biroja tehniku, un citu darba aprīkojumu, kā arī kopīgi lietoto virsmu un priekšmetu (skārienjūtīgos ekrānus, datorus, tastatūras, peles, papīrus u.c.) skaitu.
6. Atlikt vai pilnībā atteikties no klātienē sanāksmēm, tās pārceļot uz digitālu vidi, piemēram, plaši lietoti bezmaksas telekonferences rīki “Cisco Webex”, “Microsoft Teams” u. c.
7. Veicināt attālinātu pakalpojumu sniegšanu (piem. pieteikšanās pakalpojumam attālināti), bezskaidras naudas maksājumu veikšanu, iespēju robežās mazināt pakalpojumam veltīto laiku, neprasīt klientam atrasties tuvu darbiniekam, ja klienta klātbūtne nav nepieciešama visu pakalpojuma sniegšanas laiku.
8. Iespēju robežās sniegt visus pakalpojumus ievērojot 2 m distanci un maksimāli saīsinot kontakta laiku ar klientu vai citu darbinieku. Piemēram, iepriekš sagatavojot visu nepieciešamo dokumentāciju vai arī iegūstot nepieciešamo informāciju telefoniski vai elektroniski. Samazināt funkcijas un pakalpojumus, kur iespējams tuvs kontakts ar klientiem vai apmeklētājiem.
9. Ja pakalpojuma sniegšanas laikā nav iespējams nodrošināt 2 m distanci starp darbinieku un klientu un pakalpojuma sniegšanas laiks pārsniedz 15 min., tad ierīko caurspīdīgas aizsargbarjeras starp darbinieku un klientu vai arī darbinieki lieto individuālos aizsardzības līdzekļus – sejas maskas vai sejas vairogus.
10. Samazināt darbinieku iekšējos darba braucienus (starppilsētu komandējumus).
11. Atteikties no jebkādiem korporatīviem pasākumiem, ballēm un svinīgām sanāksmēm.
12. Izvērtēt iespējas atstāt vaļās tās durvis, kuras regulāri lietotas, vai arī šādām telpām ierīkot automātiskas durvis. Izvērtēt iespējas iegādāties durvju rokturu uzliktas, lai tās varētu atvērt ar elkoni, kā arī citas tehnoloģijas, kas samazina tiešu kontaktu.
13. Informēt darbiniekus, ka uz bieža kontakta virsmām var būt vīruss un durvju rokturu, lifta pogu, kafijas automāta pogu spiešanai ieteicams izmantot kādu starpmateriālu (cimdi, papīra salvēte, u.c.).

14. Pārvietojoties starp stāviem, pēc iespējas vairāk izmantot kāpnes. Liftus izmantot pa vienam. Liftu var izmantot 2 cilvēki, ja lifta iekšpusē ir iespējams ievērot 2 m distanci.
15. Ja darba laikā nepieciešams lietot individuālos aizsardzības līdzekļus (IAL), veikt darbinieku apmācību par aizsarglīdzekļu pareizu lietošanu. Veikt instruktāžu, kā tos pareizi uzvilkt, lietot/nēsāt un utilizēt slēgta tipa atkritumu tvertnēs. Aizsargstiklus un aizsargbrilles – regulāri dezinficēt un pareizi uzglabāt. Nepieciešamos IAL nosaka darba veids, un to izvēle ir atkarīga no darba aizsardzības speciālista veikta riska novērtējuma.
16. Lai samazinātu inficēšanās riskus sabiedriskajā transportā, aicināt darbiniekus no vienas grupas/maiņas, braucot uz un no darba, izmantot kopbraukšanas iespējas. (Darbinieks ar automašīnu ved uz darbu vienu kolēģi, kuram nav automašīnas). Kopbraucējus cenšas nemainīt. Darba devējs pielāgo darba laikus, lai šoferim un pasažierim sakrīt darba maiņas vienā laikā. Lai samazinātu kontaktpersonu skaitu, vēlams, lai kopbraucēji arī darba laikā ir kopā, strādā vienā telpā.
17. Darba devējam jābūt pieejamai informācijai par visiem darbiniekiem, kontaktinformāciju, maiņu grafiku, darba telpām, kuras darbinieks izmanto u.tml. Informācija pēc pieprasījuma jānodod Slimību profilakses un kontroles centram (SPKC), ja kāds no darbiniekiem vai klientiem saslimst, vai ir pamatotas aizdomas par Covid-19.
18. Organizēt darbu maiņās tā, lai saslimšanas gadījumā apzinot kontaktpersonas, būtu iespēja saglabāt ražošanu, piemēram, lai personas, kuras spēj nodrošināt aizvietojamību specifiskiem procesiem, nestrādā vienā maiņā, telpā.
19. Lai novērstu drūzmēšanos uzņēmuma ēdamtelpā:
 - vēlams iekārtot papildus pagaidu ēdamtelpas;
 - vienlaicīgai darbinieku skaita ierobežošanai uzņēmuma ēdamtelpās, veidot ēdamtelpu izmantošanas grafiku;
 - pēc iespējas organizēt, ka katrs darbinieks pusdieno vienā un tajā pašā vietā (pie tā pašā ēdamgalda);
 - vēlams izmantot līdzīgi ņemtās sagatavotās pusdienas ar saviem galda piederumiem vai piegādātās pusdienas vienreizlietojamajos traukos, izmantojot vienreizlietojamus galda piederumus vai savus līdzīgi ņemtus galda piederumus.
20. Lai novērstu drūzmēšanos darbinieku ģērbtuvēs:
 - vēlams iekārtot papildus pagaidu ģērbtuves;
 - darbiniekiem, kuriem nav darbs, kurā nepieciešama obligāta darba apģērba lietošana, kā, piemēram, pārtikas pārstrādes nozares uzņēmumos, darba devējs izskata iespēju atļaut nepārgērbties.
 - vienlaicīgai darbinieku skaita ierobežošanai ģērbtuvē, veidot ģērbtuves izmantošanas grafiku.

ATGĀDINĀJUMI DARBINIEKIEM UN KLIENTIEM

1. Brīdināt darbiniekus un klientus, ka darba/pakalpojuma sniegšanas vietā nedrīkst atrasties personas, kam noteikti pašizolācijas, mājas karantīnas vai stingras izolācijas nosacījumi vai kuriem ir elpošanas ceļu infekcijas pazīmes.
2. Atgādināt darbiniekiem, ka pie jebkurām saslimšanas pazīmēm (paaugstināta ķermeņa temperatūra, klepus, rīkles iekaisums, elpas trūkums) jāsaazinās ar savu ģimenes ārstu un jāpaliek mājās.

3. Izvērtēt iespēju darbiniekiem mērīt temperatūru, un, ja konstatēta paaugstināta temperatūra, nekavējoties pārtraukt darba pienākumu veikšanu un doties mājās. Ievērot fiziskās distancēšanās, higiēnas un citus piesardzības pasākumus, jo COVID-19 asimptomātiskajiem nēsātājiem var nebūt nekādas slimības pazīmes un/vai paaugstināta temperatūra.
4. Personai, kurai parādās COVID-19 infekcijas pazīmes, nekavējoties jāuzliek sejas maska.
5. Ja darbiniekam nav iespējams nodrošināt 2 m attālumu no klienta un nav aizsargekrāna pakalpojumu sniegšanas laikā, darbinieks var lietot sejas masku vai vairogu. Darbinieku jāinformē par to pareizu un drošu lietošanu, izmešanu un dezinfekciju, kā arī nepieciešamību rūpīgi ievērot citus pasākumus – t.sk. fizisko distancēšanos un higiēnas ievērošanu. Maska nepasargā no saslimšanas, bet, tā samazina infekcijas izplatīšanu, ja ir saslimis, t.sk. asimptomātiski, kāds darbinieks vai klients.
6. Atgādināt darbiniekiem, ka sarokošanās var veicināt vīrusa izplatību un no tās ir jāatsakās.

RĪCĪBA SASLIMŠANAS GADĪJUMĀ

1. Gadījumā, ja darbiniekam parādās Covid-19 pazīmes darba vietā, par to nekavējoties jāinformē tiešais darba vadītājs vai cita iestādes atbildīgā persona, jāuzliek sejas maska un jāpārtrauc darbs. Ja darbiniekam nav iespējams nekavējoties pamest darba telpas, nepieciešams izolēties atsevišķā telpā no pārējiem darbiniekiem līdz brīdim, kamēr ir iespējams doties projām.
2. Dodoties mājās, jāizvairās lietot sabiedriskais transports. Ja veselības stāvoklis nav smags, jāsazinās ar savu ģimenes ārstu. Ja personas veselības stāvoklis ir smags, jāzvana Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestam pa tālruni 113, lai veiktu personas izmeklēšanu un nepieciešamības gadījumā hospitalizāciju.
3. Jāveic rūpīga telpu, virsmu un koplietošanas priekšmetu tīrīšana un dezinfekcija ar dezinfekcijas līdzekļiem, kas iedarbojas uz apvalkotajiem vīrusiem, īpašu uzmanību pievēršot telpām, kur uzturējās slimnieks, un visām bieža kontakta virsmām.
4. Ja saslimšanas gadījums tiek laboratoriski apstiprināts, pēc pieprasījuma jāsniedz Slimību profilakses un kontroles centram (turpmāk – SPKC) plaša un precīza informācija par darbiniekiem, klientiem un citām iespējamām kontaktpersonām.
5. Konsultējieties ar SPKC, lai identificētu citus riskus un ieviestu individuāli piemērojamus papildu aizsardzības un drošības pasākumus. SPKC uzdevums ir sniegt rekomendācijas uzņēmumam, lai pārtrauktu transmisijas ķēdes. No uzņēmuma darba organizācijas ir atkarīgs potenciāli inficēto kontaktpersonu skaits un iespēja turpināt darbību.
6. Personām, kuras SPKC ir noteicis kā Covid-19 infekcijas slimības kontaktpersonas, 14 dienas jānodrošina pašizolācija dzīvesvietā (mājas karantīna) un pieejamība saziņai un sadarbībai ar ģimenes ārstu un citām ārstniecības personām. Šajā laikā jāuzturas dzīvesvietā, nedrīkst doties uz darbu, sabiedriskām un publiskām vietām un telpām, kā arī vietām, kur uzturas liels skaits cilvēku un jāievēro citi noteikumi.
7. Darbiniekiem jāpaliek mājās visu slimības un novērošanas laiku (stingras izolācijas periods), kā arī jāievēro pašizolācija (mājas karantīnu) situācijās, ja SPKC darbinieku ir noteicis kā COVID-19 inficētas personas tuvu kontaktpersonu un/vai jārupējas par Covid-19 slimu ģimenes locekli.

PAPILDUS IETEIKUMI DAŽĀDU NOZARU UZŅĒMUMIEM:

Tirdzniecības uzņēmumi, kuros iespējama pasūtījumu saņemšana vai piegādes pakalpojums

- Sniedzot pakalpojumus, jānodrošina 2 metru distances ievērošanu starp apmeklētājiem, un darbiniekiem.
- Vietās, kur nav iespējams ievērot 2 metru fizisko distancēšanos, izveidot barjeru starp klientiem un darbiniekiem (piemēram, izveidot pagaidu stikla vai plastikāta sienu, izmantot plastikāta vizieri/vairogu vai masku darbiniekiem).
- Lai aizsargātu personālu, ikdienā darbiniekiem jāatgādina, ka darbā viņi ierodas tikai tad, ja jūtas pilnībā veseli un neviens viņu māsaimniecībā neatrodas stingras izolācijas režīmā (Covid-19 pozitīvs).

Pasūtījuma veikšana

- Pasūtījumus var veikt tikai tiešsaistē, ar aplikācijas starpniecību vai pa tālruni. Pasūtījumi nevar tikt veikti uz vietas tirdzniecības vietā.
- Informācijai par pasūtījumu veikšanu jābūt norādītai uz zīmes veikalā, kā arī tiešsaistē. Informācijai jābūt skaidrai un visiem saprotamai.

Pasūtījuma saņemšana

- Pasūtījuma saņemšana notiek konkrētā, ar klientu iepriekš saskaņotā laikā.
- Klients pasūtījumam ierodas pakalpojumam tieši viņam norādītā laikā, lai izvairītos no drūzmēšanās.
- Mazumtirgotājs/ēdināšanās uzņēmums veido pasūtījumu izsniegšanas grafiku, novēršot rindu veidošanos un klientu drūzmēšanos.
- Ja gadījumā rodas rinda, jānodrošina vismaz 2 m attālums starp indivīdiem, piemēram, marķējot uz grīdas vienai personai paredzēto vietu/platību.

Piegādes pakalpojums

- Tirdzniecības uzņēmumiem, kuri piedāvā piegādes pakalpojumus, savi darbinieki (šoferi/kurjeri) jāapmāca, kā veikt drošu bezkontakta piegādi, nododot preci/-es klientam, vai jānodrošina cits drošs bezkontakta piegādes veids.
- Pēc zvana pie durvīm/vārtiem šoferim/kurjeram ir jāatrodas drošā attālumā no durvīm/vārtiem (vismaz 2 m) un jāuzrauga preču piegāde. Piegādes preci/-es nedrīkst atstāt bez uzraudzības, jāpārlecinās, ka klients preci/-es saņem.
- Lai mazinātu risku, ka klients nav mājas vai nereaģē uz šofera/kurjera ziņu, jāveic sagatavošanās pasākumi, piemēram, jānosaka piegādes laiks un jāiegūst klienta kontakttālrunis.
- Ir jāievieš veids, kā klienti var iepriekš paziņot uzņēmumam, ka atrodas pašizolācijā vai stingras izolācijas režīmā. Šādos gadījumos gadījumā vadlīnijas ir jāievēro īpaši stingri, un šoferis/kurjers nedrīkst ieiet klienta īpašumā.
- Šoferiem/kurjeriem nepieciešams mazgāt rokas ar ziepēm un ūdeni vismaz 20 sekundes, cik regulāri vien iespējams. Šoferi/kurjeri jānodrošina ar roku dezinfekcijas līdzekli, kurš jānēsā līdz un jālieto pēc katras piegādes.

- Informēt darbiniekus, ka uz bieža kontakta virsmām var būt vīruss un durvju rokturu, lifta pogu u.c. spiešanai ieteicams izmantot kādu starpmateriālu (cimdi, papīra salvete, u.c.).

Darbs klienta īpašumā (remontdarbu veicējs, auklītes, apkopēja darbs)

- Ja esat pārstāvis, kas veic remontdarbus, uzturēšanas darbus vai arī veicat citus darbus klienta īpašumā, piemēram, uzkopšanu vai bērnu pieskatīšanu, varat turpināt darbu, ar nosacījumu, ka jūtaties pilnīgi vesels un jums nav akūtas elpceļu infekcijas slimības pazīmes.
- Darbu nedrīkst veikt persona, kurai ir parādījušās akūtas elpceļu infekcijas pazīmes (paaugstināta ķermeņa temperatūra, klepus, rīkles iekaisums, elpas trūkums). Šādā gadījumā jāsazinās ar savu ģimenes ārstu un jāpaliek mājās.
- Darbu nedrīkst veikt persona, kuras mājsaimniecībā ir COVID-19 inficētas personas, kuras atrodas stingras izolācijas režīmā.
- Darbs nedrīkst tikt veikts mājsaimniecībā, kurā kāds atrodas pašizolācijā vai stingras izolācijas režīmā, izņemot, ja jānovērš tiešs mājsaimniecības drošības apdraudējums, piemēram, ārkārtas santehnikas remonts, vai ja maza bērna vecākiem ir neatliekami jānodrošina slimnīcu.
- Ja tomēr nepieciešams veikt darbu mājsaimniecībā, kurā kāds atrodas pašizolācijā vai stingras izolācijas režīmā vai kurā ir persona, kura ir īpaši neaizsargāta, būtu jāveic papildu pasākumi, lai nodrošinātu klienta un jūsu drošību:

Apmeklējuma laikā

- Visi klienti savlaicīgi jāinformē par ierašanos viņu īpašumā.
 - Ierodoties klienta īpašumā, vismaz 20 sekundes jāmazgā rokas, izmantojot ziepes un ūdeni vai rokas rūpīgi jādezinficē ar spirtu saturošu līdzekli. Rokas ir jāmazgā vai jādezinficē regulāri, īpaši pēc deguna izpūšanas, šķaudīšanas vai klepošanas, kā arī izejot no īpašuma. Vietās, kur nav pieejams aprīkojums roku mazgāšanai, ir jāizmanto rokas dezinfekcijas līdzeklis, un tas vienmēr jānēsā līdz.
 - Remontdarbu veicējam vai apkopējai visu laiku ir jāsaģlabā drošs attālums (vismaz 2 metri) no visiem pārējiem mājas iemītniekiem un jānodrošina laba ventilācija, piemēram, atverot logu, zonā, kurā darbs tiek veikts.
 - Auklei jāsaģlabā drošs attālums (vismaz 2 metrus) no mājas iemītniekiem, par kuriem nav jāģadā.
- Jālūdz iemītnieki atrasties atsevišķā telpā, kamēr tiek veikti darbi. Ja tas nav iespējams, jāievēro pēc iespējas lielāka distance (vismaz 2 m);
- Iepriekš jāvienojas ar iemītniekiem par veidiem, kā izvairīties no saskares klātienē, piemēram, kad tiek atvērtas durvis;
 - rūpīgi jāveic roku mazgāšana vai dezinfekcija un jāievēro elpošanas higiēna. Kad darbs ir pabeigts, jāinformē klients, ar kādām virsmām un vietām esat saskāries. Papildu drošībai jums vajadzētu veikt šo virsmu tīrīšanu pašam pirms došanās prom.

Būvniecība

Būvniecības darbiem ir liela nozīme sabiedrības drošības nodrošināšanā un sabiedrisko pakalpojumu sniegšanā. Tos var turpināt, ja tas tiek darīts saskaņā ar fiziskās distancēšanas pamatnostādņēm.

- Ja attiecībā uz konkrētu darbību nav iespējams ievērot distancēšanās vadlīnijas, ir jāizvērtē, vai darbam ir jāturpinās. Ja nepieciešams darbu turpināt, ir jāveic visas iespējamās risku mazināšanas darbības.
- Ja darbs tiek turpināts, jāveic darbinieku instruktāža par vispārējām higiēnas un dezinfekcijas prasībām, t.sk. nepieciešamību mazgāt rokas vismaz 20 sekundes, izmantojot ziepes un ūdeni vai rūpīgi dezinficēt rokas, jo īpaši pēc deguna šņaukšanas, šķaudīšanas vai klepošanas, ierodoties darbā, pirms un pēc ēšanas, pēc sabiedriskā transporta lietošanas un, kā arī ierodoties mājās.
- Ja nav pieejams aprīkojums roku mazgāšanai, jāizmanto roku dezinfekcijas līdzeklis. Darbiniekiem, cik vien iespējams, jāievēro 2 metru distance vienam no otra.
- Darbs jāplāno līdz minimumam samazinot kontaktus starp darbiniekiem un izvairoties no tiešas saskares. Ja nepieciešams uzturēties vienā telpā, vēlams, lai ilgums nepārsniegtu 15 minūtes.
- Cik vien iespējams, jāveido strādnieku grupas, kuras ir nemainīgas un strādā vienā maiņā, ja ir maiņu darbs, lai darbinieka saslimšanas gadījumā būtu mazāks kontaktpersonu un saslimšanas gadījumu skaits.
- Darbiniekiem jāmazgā vai jādezinficē rokas katru reizi pirms iekāpšanas un pēc izkāpšanas no slēgtām mašīnām (piemēram, ekskavatoriem). Lai to nodrošinātu uzstādiet papildu roku mazgāšanas stacijas vai nodrošiniet papildu telpas ar ūdeni un ziepēm, vai nodrošiniet darbiniekus ar roku dezinfekcijas līdzekļiem.
- Darba telpās jānodrošina regulāra vēdināšana. Mašīnu kabīnes iekšpuse ir regulāri jātīra, jo īpaši mainoties operatoriem, pastiprinātu uzmanību pievēršot kontakta virsmām, piemēram, stūre, pogas, sviras u.c.
- Ieteicams izmantot kāpnes, nevis liftu un pacelēju. Gadījumos kad bez lifta vai pacelēja izmantošanas nevar iztikt, jāsamazina to jauda (ietilpība), lai samazinātu drūzmēšanos un lieku saskarsmi, kā arī regulāri jātīra kontaktpunkti, piemēram, durvis, lifta pogas utml.
- Lai aizsargātu savu personālu, ikdienā kolēģiem jāatgādina, lai darbā ierodas tikai tad, ja jūtas pilnībā veseli un neviens viņu māsaimniecībā neatrodas stingras izolācijas režīmā (Covid-19 pozitīvs).

Ražošanas un pārstrādes uzņēmumi

- Ja attiecībā uz konkrētu darbību nav iespējams ievērot distancēšanās vadlīnijas, jums ir jāapsver, vai šī darbība ir jāturpina. Ja darbība tiek turpināta, jāveic visas iespējamās risku mazināšanas darbības, lai izslēgtu infekcijas pārnesšanas risku starp darbiniekiem.
- Lai ierobežotu sociālo un fizisko mijiedarbību, kā arī darbinieka saslimšanas gadījumā būtu mazāks kontaktpersonu un saslimšanas gadījumu skaits, darbiniekus vajadzētu norīkot vienām un tām pašām maiņu grupām, ja ražošanas procesa nodrošināšanai tiek organizēts maiņu darbs.

- Jāierobežo darbinieku pulcēšanos pārtraukuma laikā. Pēc iespējas jāievieš precīzi pārtraukumu, ēdienreīžu laiki un vietas noteiktām darbinieku grupām, lai samazinātu kontaktā esošu personu skaitu.
- Ja darbs tiek turpināts, jāveic darbinieku instruktāža par vispārējām higiēnas un dezinfekcijas prasībām, t.sk. nepieciešamību mazgāt rokas vismaz 20 sekundes, izmantojot ziepes un ūdeni vai rūpīgi dezinficēt rokas, jo īpaši pēc deguna šņaukšanas, šķaudīšanas vai klepošanas, ierodoties darbā, pirms un pēc ēšanas, pēc sabiedriskā transporta lietošanas un, kā arī ierodoties mājās.
- Ja tas nepieciešams, nodrošiniet papildus rokas mazgāšanas stacijas vai iekārtas, kas nodrošina ziepes, ūdeni, vai nodrošiniet darbiniekus ar roku dezinfekcijas līdzekļiem.
- Lai aizsargātu savu personālu, ikdienā kolēģiem jāatgādina, lai darbā viņi ierodas tikai tad, ja jūtas pilnībā veseli un neviens viņu mājsaimniecībā neatrodas stingras izolācijas režīmā (Covid-19 pozitīvs).

Mazumtirdzniecība

- Lai aizsargātu personālu un klientus, jāpārvalda iekļūšana/izkļūšana no veikala, atļaujot tikai tādām cilvēku skaitam vienlaicīgi atrasties veikalā noteiktā laikā, lai varētu ievērot 2 metru distanci.
- Sekot, lai telpu iekārtojums un preču izvietojums būtiski nesašaurina telpas, kas var veicināt cilvēku drūzmēšanos.
- Izvietot informatīvus atgādinājumus klientiem:
 - neierasties veikalā, ja ir konstatēti augšējo elpceļu saslimšanas vai COVID-19 saslimšanas simptomi;
 - vienmēr ieturēt 2 metru distanci no citiem cilvēkiem, kas nav vienas mājsaimniecības locekļi, kur vien tas ir iespējams
- Regulāri jāmudina darbinieki ievērot vispārējās higiēnas un dezinfekcijas prasības, t.sk. mazgāt rokas vismaz 20 sekundes, izmantojot ziepes un ūdeni vai rūpīgi dezinficēt rokas, jo īpaši pēc deguna šņaukšanas, šķaudīšanas vai klepošanas, ierodoties darbā, pirms un pēc ēšanas, pēc sabiedriskā transporta lietošanas un, kā arī ierodoties mājās.
- Ja iespējams, vietās, kur starp klientu un darbinieku nav iespējams ievērot 2 metru distanci, jāuzstāda arī organiskā stikla barjeras, lai vēl vairāk samazinātu inficēšanās risku visām iesaistītajām pusēm, un tās regulāri jātīra.
- Regulāri nepieciešams atgādināt darbiniekiem par 2 metru distances ieturēšanu, kur tas ir iespējams.
- Izvērtēt iespēju tirgot fasētu produkciju un mazināt klientiem iespēju pieskarties produkcijai, kas tālāk netiek apstrādāta.
- Lai aizsargātu savu personālu, ikdienā kolēģiem jāatgādina, lai darbā viņi ierodas tikai tad, ja jūtas pilnībā veseli un neviens viņu mājsaimniecībā neatrodas stingras izolācijas režīmā (Covid-19 pozitīvs).

Loģistikas uzņēmumi

Loģistikas uzņēmumiem ir svarīga nozīme, lai nodrošinātu t. sk. būtiski svarīgu un pirmās nepieciešamības preču piegādi laikā un nepieciešamajā vietā. Loģistikas nozares uzņēmumi var turpināt darbību, ja to dara saskaņā ar sociālās distancēšanas pamatnostādņēm, kur vien iespējams.

- Ja, veicot kādu konkrētu darbību, nav iespējams pilnībā ievērot distancēšanās pamatnostādnes, jāapsver, vai konkrētajai darbībai ir jāturpinās, lai darbs kopumā varētu turpināties. Ja konkrētā darbība ir nepieciešama, jāveic visas iespējamās risku mazināšanas darbības, lai izslēgtu pārnesības risku starp darbiniekiem.
- Ja 2 metru distancēšanās attālumu nevar nodrošināt starp klientu un darbinieku, darbiniekiem un klientam ieteicams lietot maskas un/vai jāuzstāda organiskā stikla barjeras, kuras regulāri tīra.
- Regulāri nepieciešams atgādināt darbiniekiem, par 2 metru distances ieturēšanu, kur tas ir iespējams.
- Regulāri jāmudina darbinieki ievērot vispārējās higiēnas un dezinfekcijas prasības, t.sk. mazgāt rokas vismaz 20 sekundes, izmantojot ziepes un ūdeni vai rūpīgi dezinficēt rokas, jo īpaši pēc deguna šņaukšanas, šķaudīšanas vai klepošanas, ierodoties darbā, pirms un pēc ēšanas, pēc sabiedriskā transporta lietošanas un, kā arī ierodoties mājās. Lai to nodrošinātu, apsveriet iespēju izvietot papildu roku mazgāšanas stacijas vai iekārtas, kas nodrošina ziepes, ūdeni un roku dezinfekcijas līdzekli.
- Lai aizsargātu savu personālu, ikdienā kolēģiem jāatgādina, lai darbā viņi ierodas tikai tad, ja jūtas pilnībā veseli un neviens viņu mājāsaimniecībā neatrodas stingras izolācijas režīmā (Covid-19 pozitīvs).

Ārtelpu uzņēmējdarbība

Ieteikumi attiecas uz uzņēmumiem, kas atrodas ārpus telpām un/vai kuru darbība tiek veikta ārpus telpām — tirdzniecības stendiem, lauku saimniecībām, karjeriem, komerciāliem mežiem vai citiem ārdarbiem, kur darba ņēmējiem nav iespējams pastāvīgi ievērot sociālās nošķiršanas vadlīnijas.

- Ja attiecībā uz konkrētu darbību nav iespējams pilnībā ievērot sociālās nošķiršanas vadlīnijas, ir jāapsver, vai šī darbība ir jāturpina, lai uzņēmums turpinātu darbību, un, ja tā ir, jāveic visas iespējamās ietekmes mazināšanas darbības, lai samazinātu pārnesības risku starp darbiniekiem.
- Ja 2 metru attālumu starp klientu un darbinieku nevar saglabāt, darbiniekiem un klientiem ieteicams lietot maskas, vairogus vai jāuzstāda organiskā stikla barjeras, kur tas iespējams, kuras regulāri tīra. Regulāri nepieciešams atgādināt darbiniekiem par 2 metru distances ieturēšanu, kur tas ir iespējams.
- Jums jāinformē visi darbinieki, ka viņiem vajadzētu biežāk kā ierasts mazgāt rokas ar ziepēm un ūdeni 20 sekundes vai ilgāk vai dezinficēt rokas.
- Ja vairākiem darbiniekiem ir jādala norobežotas telpas, piemēram, transportlīdzekļu kabīnes, viņiem tās ir regulāri jāvēdina, un jābūt uzmanīgiem, lai nepieskartos sejai ar nemazgātām rokām. Pametot noslēgtas telpas, jāmazgā rokas ar ziepēm un ūdeni 20 sekundes vai ilgāk vai jālieto roku dezinfekcijas līdzeklis, ja nav iespēja nomazgāt rokas.
- Ja darbinieka kontakts ir tieši vērsts pret klientu, jāapsver iespēja, kā droši pārdot savus produktus vai pakalpojumus, neveicinot pūļa pulcēšanos un nodrošinot higiēnas pasākumus. To var izdarīt, iepriekš veicot pasūtījumus tiešsaistē vai pa tālruni, un, ja iespējams, apsverot piegādes pakalpojumus. Mijiedarbojoties ar klientiem, jāievēro 2 metru attālums.
- Lai aizsargātu personālu, ikdienā kolēģiem jāatgādina, lai darbā viņi ierodas tikai tad, ja jūtas pilnībā veseli un neviens viņu mājāsaimniecībā neatrodas stingras izolācijas režīmā (Covid-19 pozitīvs).

Zveja vai citi īstermina darbi jūrā

- Jūrā, uz kuģa strādājošiem ieteicams ievērot 2 metru distanci.
- Regulāri nepieciešams atgādināt darbiniekiem par 2 metru distances ieturēšanu, kur tas ir iespējams.
- Visiem, kas strādā uz kuģa, nepieciešams regulāri atgādināt vispārējās higiēnas un dezinfekcijas prasības, t.sk. mazgāt rokas vismaz 20 sekundes, izmantojot ziepes un ūdeni, vai rūpīgi dezinficēt rokas.
- Jāpalielina tīrīšanas procedūru biežums uz kuģa un jānodrošina, lai dezinfekcija tiek veikta tik bieži, cik tas ir nepieciešams un iespējams.
- Lai aizsargātu personālu, ikdienā kolēģiem jāatgādina, lai darbā viņi ierodas tikai tad, ja jūtas pilnībā veseli un neviens viņu mājsaimniecībā neatrodas stingras izolācijas režīmā (Covid-19 pozitīvs).

Kravu pārvadājumi vai citi ilgtermiņa darbi jūrā

Ieteikumi attiecas uz darbiem kravas kuģos vai piekrastes betona konstrukcijās (platformas), kur personāls ilgstoši strādā jūrā un ne vienmēr spēj nodrošināt 2 metru attālumu viens no otra.

- Ja nav iespējams ievērot 2 metru distanci, darbiniekiem jāstrādā plecu pie pleca vai, ja iespējams, ar seju vērstiem prom vienam no otra. Maksimāli jāizvairās no darba, atrodoties ar vienai pret otru vērstām sejām.
- Regulāri nepieciešams atgādināt darbiniekiem par 2 metru distances ieturēšanu, kur tas ir iespējams.
- Regulāri jāmudina darbinieki ievērot vispārējās higiēnas un dezinfekcijas prasības, t.sk. mazgāt rokas vismaz 20 sekundes, izmantojot ziepes un ūdeni vai rūpīgi dezinficēt rokas. Lai to nodrošinātu, apsveriet iespēju izvietot papildu roku mazgāšanas stacijas vai iekārtas, kas nodrošina ziepes, ūdeni un roku dezinfekcijas līdzekli.
- Tiem, kas strādā uz kuģa vai platformas, pēc iespējas stingrāk jāievēro sociālās nošķiršanas vadlīnijas. Nedrīkst atrasties uz kuģa vai platformas, ja ir aizdomas, ka darbinieks ir bijis saskarē ar vīrusu, lai tādējādi izvairītos no tā izplatīšanās.
- Darbiniekiem kuriem parādījies nepārtraukts klepus vai augsta temperatūra, nedrīkst atrasties uz klāja un doties jūrā. Darbiniekiem, kuri paši ir vai nu simptomātiski, vai arī ir kāds no mājsaimniecības locekļiem ir ar COVID-19 simptomiem, jāpaliek mājās.
- Darbiniekiem jāsniedz skaidri norādījumi par to, kā rīkoties, ja viņiem rodas simptomi, kā un kam par to jāziņo.

Transporta uzņēmumi

- Sociālā distancēšanās ir jāsaģlabā tur, kur tas ir iespējams, tomēr ir skaidrs, ka daudzos transporta veidos personāls ne vienmēr varēs visu laiku uzturēties 2 metru attālumā viens no otra vai pasažieriem. Šādos apstākļos personālam jāsamazina šādu periodu ilgums un jāizvairās no saskarsmes ar citiem darbiniekiem vai pasažieriem.
- Regulāri nepieciešams atgādināt darbiniekiem par 2 metru distances ieturēšanu, kur tas ir iespējams.
- Visiem klientiem ir jāatgādina, ka viņiem ir jāievēro 2 metru distancēšanās.
- Var apsvērt iespēju izmantot vizuālas norādes, piemēram, grīdas zīmes, lai signalizētu par 2 metru intervāliem, tādējādi atvieglot sociālo distancēšanos starp pasažieriem, braucot caur transporta mezgliem un izmantojot sabiedrisko transportu.

- Visiem darbiniekiem, kas saskaras ar klientiem,, būtu jāievēro norādījumi par sabiedrības veselību, ieskaitot sociālās distancēšanās principus, kad vien iespējams.
- Jums jāinformē personāls, ka tam pēc iespējas mazāk jāpārvietojas ar sabiedrisko transportu, t.sk. arī ar vilcienu, lidmašīnu vai prāmi, lai izvairītos no tuva kontakta ar citiem pasažieriem.
- Lai nodrošinātu, ka visas zonas tiek dezinficētas tik bieži, cik tas ir iespējams, jāpalielina tīrīšanas procedūru biežumu uz klāja, galastacijās vai staciju teritorijās.
- Regulāri jāmudina darbinieki ievērot vispārējās higiēnas un dezinfekcijas prasības, t.sk. mazgāt rokas vismaz 20 sekundes, izmantojot ziepes un ūdeni vai rūpīgi dezinficēt rokas, jo īpaši pēc deguna šņaukšanas, šķaudīšanas vai klepošanas, ierodoties darbā, pirms un pēc ēšanas, pēc sabiedriskā transporta lietošanas un, kā arī ierodoties mājās. Lai to nodrošinātu, apsveriet iespēju izvietot papildu roku mazgāšanas stacijas vai iekārtas, kas nodrošina ziepes, ūdeni un roku dezinfekcijas līdzekli.
- Lai aizsargātu personālu, ikdienā kolēģiem jāatgādina, lai darbā viņi ierodas tikai tad, ja jūtas pilnībā veseli un neviens viņu māsaimniecībā neatrodas stingras izolācijas režīmā (Covid-19 pozitīvs).

Atkritumu apsaimniekošanas uzņēmumi

- Darbu var turpināt, ja tas tiek veikts saskaņā ar sociālās distancēšanās pamatnostādņem, kur vien iespējams.
- Regulāri nepieciešams atgādināt darbiniekiem par 2 metru distances ieturēšanu, kur tas ir iespējams.
- Regulāri jāmudina darbinieki ievērot vispārējās higiēnas un dezinfekcijas prasības, t.sk. mazgāt rokas vismaz 20 sekundes, izmantojot ziepes un ūdeni vai rūpīgi dezinficēt rokas, jo īpaši pēc deguna šņaukšanas, šķaudīšanas vai klepošanas, ierodoties darbā, pirms un pēc ēšanas, pēc sabiedriskā transporta lietošanas un, kā arī ierodoties mājās. Lai to nodrošinātu, apsveriet iespēju izvietot papildu roku mazgāšanas stacijas vai iekārtas, kas nodrošina ziepes, ūdeni un roku dezinfekcijas līdzekli.
- Darbiniekiem ieteicams mazgāt rokas vai izmantot dezinfekcijas līdzekļus, ja roku mazgāšana nav iespējama, arī katru reizi pirms iekāpšanas slēgtās mašīnās (piemēram, atkritumu izvešanas automašīnā).
- Atkritumu šķirošanas un savākšanas līnijas personālam jāievēro tādi paši noteikumi kā ražošanas uzņēmumiem.
- Nepieciešams regulāri tīrīt un dezinficēt priekšmetus un virsmas, kas tiek regulāri skartas, lietojot standarta tīrīšanas līdzekļus, īpaši maiņas beigās un sākumā.
- Ja darbinieki koplieto slēgtu telpu, piemēram, atkritumu savākšanas transportlīdzekļu kabīnes, un nespēj uzturēt 2 metru attālumu, pildot darba pienākumus, ieteicams lietot cimdus. Pēc cimdu novilkšanas jāmazgā rokas.
- Ja nav iespējams izvairīties no tā, ka transportlīdzeklī ir vairāk kā viens cilvēks, brigādēm regulāri jāvēdina kabīne un jāizvairās no pieskaršanās sejai.
- Lai aizsargātu personālu, ikdienā kolēģiem jāatgādina, lai darbā viņi ierodas tikai tad, ja jūtas pilnībā veseli un neviens viņu māsaimniecībā neatrodas stingras izolācijas režīmā (Covid-19 pozitīvs).

Lauksaimniecība: saimniecību apmeklēšana dzīvnieku veselības un labturības veicināšanai

Lauksaimniecības un dzīvnieku labturības saglabāšana ir svarīga, un to var turpināt, ja to dara saskaņā ar sociālās nošķiršanas pamatnostādnēm, kur vien tas iespējams.

- Regulāri nepieciešams atgādināt darbiniekiem par 2 metru distances ieturēšanu, kur tas ir iespējams.
- Darbiniekus nepieciešams informēt, ka viņiem ir jāveic roku mazgāšana 20 sekundes vai vairāk un jādara tas biežāk nekā parasti, un jāveic tas vienmēr, ierodoties fermā vai tās telpās vai izbraucot no tām, vai arī jāizmanto rokas dezinfekcijas līdzeklis, ja viņi nevar nomazgāt rokas. Darbiniekiem jābūt uzmanīgiem, lai nepieskartos sejai ar nemazgātām rokām.
- Darbu nepieciešams organizēt tā, lai Jūs un pārējie darbinieki varētu bieži tīrīt un dezinficēt priekšmetus un virsmas, kurām regulāri pieskaras, izmantojot standarta tīrīšanas līdzekļus. Tas jādara gan darba dienas laikā, gan pārvietojoties starp telpām.
- Lai aizsargātu personālu, ikdienā kolēģiem jāatgādina, lai darbā viņi ierodas tikai tad, ja jūtas pilnībā veseli un neviens viņu māsaimniecībā neatrodas stingras izolācijas režīmā (Covid-19 pozitīvs).

Papildus informācijas avots:

Eiropas darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra (European Agency for Safety and Health at Work (EU-OSHA)). COVID-19 rekomendācijas darba devējiem un darba vietām (COVID-19: guidance for the workplace). 14.04.2020. <https://osha.europa.eu/lv>