

## Higjiena

Ju mund t'i mbroni punëtorët dhe të tjerët nga rreziku i ekspozimit ndaj COVID-19 duke zbatuar masat e mëposhtme për t'u siguruar se punëtorët praktikojnë higjienë të mirë.

Ju duhet të konsultoheni me punëtorët dhe përfaqësuesit e shëndetit dhe sigurisë për çështje shëndetësore në lidhje me COVID-19, duke përfshirë edhe zbatimin e masave kontrolluese në vendin tuaj të punës.

### Higjiena e punëtorëve dhe vizitorëve

Ju duhet t'i udhëzoni punëtorët dhe vizitorët që të praktikojnë higjienë të mirë, përfshirë larjen rregullisht të duarve me sapun dhe ujë për së paku 20 sekonda dhe tharjen e tyre me peshqir letre të pastërt.

Duart duhet të lahen:

- para dhe pas ushqimit
- pas kollitjes dhe teshtitjes
- pas shkuarjes në tualet, dhe
- kur ndërrohen detyrat dhe pasi të preken sipërfaqe potencialisht të kontaminuara.

Duhet të siguronit sanitizues të duarve alkoolik me së paku 60% etanol apo 70% izopropanol si një përbërës aktiv kur nuk është e mundur larja e duarve.

Higjiena e mirë gjithashtu kërkon që punëtorët dhe vizitorët të:

- mbulojnë kollitje dhe teshtitje me bërryl apo faculetë (pa pështypje)
- shmangin preken e fytyrës, syve, hundës apo gojës
- hedhjen e faculatave dhe bishtave të cigareve në shporta të mbyllura
- lajnë duart para dhe pas pirjes së cigareve
- pastrojnë dhe dezinfektojnë mjetet pas përdorimit
- lajnë trupin, flokët dhe mjekrrën, dhe rrobet plotësisht çdo ditë, dhe
- mos të kenë kontakt fizik të qëllimshëm dmth shtrëngim të duarve

Për të përmirësuar rezultatet e higjienës së mirë:

- konsultoni punëtorët tuaj kur zhvilloni politikat për parandalimin e përhapjes së sëmundjes infektive dhe komunikoni këto politika tek punëtorët
- trajtoni punëtorët për rëndësinë e larjes korrekte të duarve para se të hynë dhe dalin nga hapësira e përbashkët
- vendosni postere ([posters](#)) që tregojnë se si në mënyrë korrekte të lajnë dhe thajnë duart dhe përdorin sanitizuesin, dhe
- informoni punëtorët për standardet e pritura të higjienës kur përdorin hapësira të përbashkëta (pastrimin tuaj, hedhjen e mbeturinave në shporta, shmangien e lënies së sendeve siç janë telefonat në sipërfaqe ku konsumohet ushqimi)

Ju duhet rregullisht të monitoroni dhe kontrolloni zbatimin e masave të higjienës për t'u siguruar se ata janë duke iu përmbajtur tyre dhe se janë efektive.

## **Pajisjet e higjienës**

Ju duhet të siguroni pajisje higjienike që janë adekuate, të qasshme, funksionale dhe të sigurta.

Ju duhet të vlerësoni nëse duhet të siguroni pajisje tjera për pastrim, ndrrimin e dhomave dhe hapësirave për ushqim. Ju duhet të siguroni që të ketë një numër të duhur të pajisjeve për larjen e duarve në lokacione të përshtatshme për punëtorët që të praktikojnë higjienë të mirë.

Kur pajisjet për larjen e duarve janë të kufizura, stacionet për sanitizim të duarve mund të vendosen në pikat e hyrjeve dhe daljeve.

Furnizimet me pajisje të duarve siç është letra e tualetit, sapuni, uji dhe peshqirat e letrës duhet të jenë adekuate.

Për të përcaktuar numrin e nevojshëm të pajisjeve, konsideroni numrin e punëtorëve në vendin e punës, aranzhimin e ndërrimeve dhe se kur është e nevojshme qasja, përfshirë secilin punëtorë që kthehet në punë pas një rënie të përkohshme.

Nëse krijoni hapësira të reja për ushqim apo hapësira të përbashkëta për të mundësuar distancim fizik, sigurohuni që këto të qasshme në vendin e punës, të pajisura në mënyrë adekuate (psh. uji i pijshëm, shportat e mbeturinave), dhe të mbrojtura nga elementet, kontaminuesit dhe rreziqet. Konsideroni hapjen e dritareve apo përshtatjen e kondicionerëve të ajrit për më shumë ventilim në hapësirat e përbashkëta, dhe duke kufizuar apo reduktuar kondicionimin e ricirkulluar të ajrit aty



ku është e mundshme.

## **Më shumë informacione**

Për më shumë informacione, vizitoni [Safe Work Australia website](#).