

## صحت و مصونیت کار – فاصله گیری جسمی

کار کردن در تماس نزدیک، خطر قرار گرفتن در معرض COVID-19 را افزایش می دهد.

[توصیه های صحیح](#) کنونی این است که همه افراد، بشمول افراد در محل های کار، باید در هر زمان ممکن، اقدامات فاصله گیری جسمی را انجام دهند.

شما باید در مورد مسائل صحت و مصونیت مربوط به COVID-19 با کارکنان و نمایندگان صحت و مصونیت مشورت کنید.

### فاصله گیری جسمی چیست؟

در هر موقعی که ممکن باشد، هر کسی باید حداقل 1.5 متر از دیگران (خارج از واحد خانواده خود) فاصله داشته باشد.

برخی از [ایالت ها و تریتری ها](#) همچنین ممکن است در مورد تعداد افرادی که می توانند در یک زمان در یک محل کار باشند، محدودیت هایی داشته باشند.

### کارفرمایان چه اقدامات فاصله گیری جسمی را می توانند در محل کار انجام دهند؟

#### ترتیبات

برای اطمینان از فاصله گیری جسمی، ممکن است شما ضرورت به دیزاین مجدد ترتیبات محل کار و گردش کار خود داشته باشید. نصب علامه ها در کف زمین یا روی دیوار برای مشخص کردن ضرورتهای فاصله گیری را در نظر بگیرید.

در صورت تغییر دیزاین فیزیکی محل کار، دیزاین شما باید به کارکنان اجازه دهد، هم در شرایط عادی کار و هم در مواقع ایمرجنسی، با مصونیت وارد محل کار شوند، از آنجا خارج شوند و در آنجا آمد و رفت کنند.

#### جلسات و تعلیم

در جایی که تجمعات کارکنان ضروری است، از روش های غیر حضوری مانند تله کانفرانس یا کانفرانس ویدیویی استفاده کنید.

اگر روش غیر حضوری امکان پذیر نیست، زمان جلسه و تعداد اشخاص را محدود کنید.

اطمینان حاصل کنید که اشخاص حداقل 1.5 متر از هم فاصله دارند. اگر تجمع در داخل است از وجود تهویه هوای کافی اطمینان حاصل کنید.

## امکانات محل کار

فرنیچر را پراکنده کنید و تعداد کارکنانی را که در یک زمان معین از قسمت های مشترک استفاده می کنند، کاهش دهید، مانند زمان وقفه وعده های غذایی.

در لیفت، اطمینان حاصل کنید که کارکنان 1.5 متر از هم فاصله دارند.

در مورد فاصله گیری جسمی علامه هایی نصب کنید. وبسایت کار مصون استرالیا لینک هایی با طیف وسیعی از [بوسترها](#) و [منابع](#) دارد.

تسهیلات جداگانه، مثل سرویس صحنی جداگانه برای کارکنان و بازدید کنندگان را در نظر بگیرید.

## تحویل دهی ها، قراردادی ها و بازدید کنندگان

به هر کسی که در محل کار حضور می یابد، دستورات واضحی در مورد الزامات تان در هنگام حضور آنها در محل بدهید. منحنی مثال، مانند در داخل وسایط نقلیه، استفاده از تلفون های موبایل برای تماس و استفاده از مکاتبه الکترونیکی.

تعداد کارکنان و قراردادی ها را که با تحویل دهی ها سرو کار دارند، به حداقل برسانید. اطمینان حاصل کنید که امکانات شستشوی دست، یا در صورت عدم امکان، ضد عفونی کننده دست حاوی الکل، پس از تحویل دهی محصولات در دسترس است.

## کارکنان من نمی توانند در موقع کار، فاصله گیری جسمی را مراعات کنند، آیا این بدان معنی است که آنها نمی توانند کار کنند؟

این امکان همیشه برای کارکنان و دیگران نیست که در هر زمانی 1.5 متر از هم فاصله داشته باشند.

اگر این مسئله در مورد شما صدق می کند، در نظر بگیرید که آیا کار باید تمام شود یا می توان دوباره برای آن پلان ریزی کرد.

اگر وظیفه باید ختم شود و کارکنان در تماس نزدیک خواهند بود، کارفرمایان باید ارزیابی ریسک را انجام دهند تا مشخص کنند که چه کاری می توانند برای از بین بردن یا به حداقل رساندن خطرات صحت و مصونیت انجام دهند.

موقعی که انجام این کار عملی و بی خطر است، وظایف و پروسه های مربوط به تعامل نزدیک را چک کنید. برای افزایش فاصله گیری، روشهای اصلاحی برای این موارد را مشخص کنید.

اگر امکان فاصله گیری نیست، مدت زمان تماس نزدیک برای کارکنان را کاهش داده و سایر اقدامات کنترل را نیز عملی کنید.

منحنی مثال:

- در یک زمان تعداد افراد یک قسمت را به حداقل برسانید
- مدت زمان شروع، پایان و وقفه های استراحت را متناوب سازید
- وظایف کاری را به قسمت های مختلف محل کار یا خارج از سایت منتقل کنید
- کارکنان را به تیم هایی تقسیم کنید که در یک شیفت کاری یا در یک قسمت خاص کار می کنند - در نظر بگیرید که آیا این تیم ها می توانند محل غذا خوری یا امکانات وقفه استراحت خود را داشته باشند، و
- اطمینان حاصل کنید که هر کارمند سامان یا ابزار خاص خود را دارد.

### چک کردن و نظارت مداوم

برای اطمینان از اینکه از اقدامات پیروی می شود و آنها اثربخش هستند، فاصله گیری جسمی را نظارت و بررسی کنید.

اگر اقدامات فاصله گیری جسمی خطرات جدید صحت و مصونیت ایجاد می کند، مثلاً در ارتباطات تأثیر می گذارد یا منجر به حضور افراد کمتری در یک وظیفه می شود، باید آن خطرات را نیز مدیریت کنید.

### معلومات بیشتر

برای معلومات بیشتر در مورد COVID-19 و صحت و مصونیت کار، به [Safe Work Australia website](https://www.swa.gov.au/coronavirus) بروید.