

Afya na usalama wa kazi - Umbali wa mwili

Kufanya kazi kwa mawasiliano ya karibu huongeza hatari ya kuwa wazi kwa COVID-19.

[Ushauri wa afya](#) wa sasa ni kwamba kila mtu, pamoja na watu kwa mahali pa kazi, wanapaswa kutekeleza hatua za umbali wa mwili kila inapowezekana.

Lazima uwasiliane na wafanyakazi na wawakilishi wa afya na usalama juu ya mambo ya kiafya na usalama yanayohusu COVID-19.

Umbali wa mwili ni nini?

Inapowezekana kila mtu anapaswa kuweka angalau mita 1.5 mbali na wengine (nje ya familia yao)

Baadhi ya [majimbo na wilaya](#) zinaweza kuwa na vizuizi kwa idadi ya watu ambayo inaweza kuwa katika eneo la kazi kwa wakati mmoja.

Je, ni hatua gani za umbali wa mwili ambazo waajiri wanaweza kutekeleza mahali pa kazi?

Mpangilio

Unaweza kuhitaji kurekebisha upya mpangilio wa mahali pa kazi na hatua zako za kufanya kazi ili kuhakikisha umbali wa mwili. Fikiria alama za sakafu au ukuta ili kutambua mahitaji ya umbali wa mwili.

Ikiwa unabadilisha mpangilio wa kimwili wa eneo la kazi, mpangilio wako lazima uwezeshe wafanyakazi kuingia, kutoka na kuzunguka mahali pa kazi kwa usalama, wakati wote katika hali ya kawaida ya kufanya kazi na kwa dharura.

Mikutano na mafunzo

Wakati mikusanyiko ya wafanyakazi ni muhimu, tumia chaguzi zisizo za uso kwa uso kama vile mikutano ya simu au video.

Ikiwa chaguo isiyo ya uso kwa uso haiwezekani, punguza wakati wa mkutano na idadi ya watu.

Hakikisha watu wana angalau mita 1.5 mbali yao. Ikiwa iko ndani, hakikisha uingizaji hewa wa kutosha.

Vifaa vya mahali pa kazi

Kueneza fanicha na kupunguza idadi ya wafanyakazi wanaotumia maeneo ya kawaida kwa wakati fulani, kama kupanga mapumziko ya kula chakula nyakati tofauti.

Katika lifti, hakikisha wafanyakazi hukaa mita 1.5 mbali, ikiwezekana.

Weka alama juu ya umbali wa mwili. Tovuti ya Safe Work Australia ina viungo kwa anuwai [ya mabango na rasilimali](#).

Fikiria kutoa huduma tofauti, kwa mfano bafu tofauti za wafanyakazi na wageni.

Utoaji, makandarasi na wageni

Mpe mtu yeyote anayehudhuria mahali pa kazi maagizo ya wazi ya mahitaji yako wakati yupo mahali hapo. Kwa mfano, kubaki katika magari, kutumia simu za mkononi ili kuwasiliana, na kutumia makaratasi ya elektroniki.

Punguza idadi ya wafanyakazi wanaoshughulika na usafirishaji na makandarasi. Hakikisha vifaa vya kuosha mikono, au kama haiwezekani, sanitaiza yenye pombe kwa mikono, inapatikana baada ya kushughulikia usafirishaji.

Wafanyakazi wangu hawawezi kudumisha umbali wa mwili wakati wa kufanya kazi. Je hii inamaanisha kuwa hawawezi kufanya kazi?

Haitawezekana kila wakati kwa wafanyakazi na wengine kuweka mita 1.5 mbali wakati wote mahali pa kazi.

Ikiwa hii ndio kesi, fikiria ikiwa kazi fulani inapaswa kukamilishwa au inaweza kupangiliwa tena.

Ikiwa kazi inapaswa kukamilika na wafanyakazi watakuwa katika mawasiliano ya karibu, waajiri wanapaswa kutathmini hatari ya kuamua nini wanaweza kufanya ili kuondoa au kupunguza hatari za kiafya na za usalama.

Ambapo inafaa na salama kufanya hivyo, hakiki kazi na michakato inayohusisha mawasiliano ya karibu. Tambua njia za kurekebisha hizi ili kuongeza umbali wa mwili.

Wakati ambapo haiwezekani, punguza muda wa wafanyakazi hutumia katika mawasiliano ya karibu na kutekeleza hatua zingine za udhibiti.

Kwa mfano:

- punguza idadi ya watu katika eneo wakati wowote
- aganza stagger nyakati za kuanza, kumaliza na mapumziko
- sogeza shughuli za kazi kwa maeneo tofauti ya mahali pa kazi, au nje ya mahali
- tetenganisha wafanyakazi kuwa timu zinazofanya kazi zamu sawa au katika eneo fulani - zingatia ikiwa timu zinaweza kuwa na maeneo yao ya kula au vifaa vya kupumzika, na
- hakikisha kila mfanyakazi ana vifaa au zana yake.

Ukaguzi unaoendelea na ufuatiliaji

Kufuatilia na kukagua umbali wa mwili ili kuhakikisha hatua zinafuatwa na zinaendelea kufanya kazi.

Ikiwa hatua za umbali wa mwili huanzisha hatari mpya za kiafya na usalama, kama vile zinaathiri mawasiliano au kusababisha watu wachache kufanya kazi, unahitaji kusimamisha hatari hizo pia.

Habari zaidi

Kupata habari zaidi juu ya COVID-19 na afya na usalama wa kazini, nenda kwenye [tovuti ya Safe Work Australia \(Safe Work Australia website\)](#).