



Příprava pracoviště na covid-19

Cílem těchto nezávazných pokynů je pomoci zaměstnavatelům a zaměstnancům zůstat v bezpečí a zdraví v pracovním prostředí. Pokyny poskytují rady v těchto oblastech:

Vyhodnocení rizik a vhodných opatření

- minimalizování expozice vůči onemocnění covid-19
- obnovení pracovní činnosti po období uzavření pracoviště

Zapojení pracovníků

Pokyny obsahují příklady obecných opatření, která mohou v závislosti na konkrétní pracovní situaci pomoci zaměstnavatelům při obnovování činností dosáhnout vhodného bezpečného a zdravého pracovního prostředí.

Jak se covid-19 šíří

Když osoba nakažená covid-19 kašle nebo vydechuje, uvolňují se kapénky infikované tekutiny. Většina těchto kapének padá na okolní povrchy a předměty, jako jsou pracovní stůl, židle nebo telefon. Ostatní se následně mohou nakazit covid-19, pokud se kontaminovaných předmětů nebo povrchů dotknou a pak si sáhnou na oči, nos nebo ústa. Pokud se pohybují ve vzdálenosti do 1 metru od osoby s covid-19, mohou se nakazit vdechnutím kapének, které vykašlává nebo vydechuje. Jinými slovy se covid-19 šíří podobně jako chřipka. Většina nakažených covid-19 má mírné příznaky a zotaví se. U některých je však onemocnění vážnější a mohou vyžadovat nemocniční péči. Riziko závažného onemocnění roste s věkem: zdá se, že lidé starší 65 let jsou náchylnější k onemocnění než lidé mladší 40 let. K závažnému onemocnění jsou rovněž náchylnější lidé s oslabeným imunitním systémem a nemocemi, jako jsou cukrovka, onemocnění srdce a plic.

Aktualizujte hodnocení rizik a přijměte příslušná opatření

Stejně jako za běžných pracovních podmínek jsou identifikace a hodnocení rizik ve fyzickém i psychosociálním pracovním prostředí výchozím bodem pro řízení bezpečnosti a ochrany zdraví při práci (BOZP) v rámci opatření proti onemocnění covid-19. Zaměstnavatelé jsou povinni revidovat hodnocení rizik v případě změny pracovního procesu a zvážit všechna rizika, včetně těch, která mají vliv na duševní zdraví. Při revizi hodnocení rizik má být věnována pozornost jakýmkoli odchylkám nebo situacím, které způsobují problémy, a tomu, jak mohou organizaci pomoci být k nim v budoucnu odolnější. Pamatujte na význam zapojení pracovníků a jejich zástupců do revize hodnocení rizik a vyzvěte i poskytovatele služeb v oblasti zdravotní péče na pracovišti nebo v oblasti prevence rizik spojených s výkonem povolání, pokud jej máte.



Jako vstup pro vaše hodnocení si od veřejných orgánů vyžádejte aktuální informace o prevalenci onemocnění covid-19 ve vaší oblasti. Po aktualizaci hodnocení rizik je dalším krokem vytvoření akčního plánu s příslušnými opatřeními. Níže uvádíme několik příkladů témat souvisejících s onemocněním covid-19, které je třeba zvážit při sestavování takového akčního plánu.

Minimalizování expozice vůči onemocnění covid-19 na pracovišti

Zavádění bezpečných pracovních postupů k omezení expozice vůči onemocnění covid-19 na pracovišti vyžaduje provést nejprve vyhodnocení rizik a poté zavedení **hierarchie kontrol**. To znamená zavedení kontrolních opatření, která primárně eliminují riziko, a pokud to není možné, minimalizují expozici pracovníků. Nejprve začněte s kolektivními opatřeními a v případě potřeby je doplňte individuálními opatřeními, například osobními ochrannými prostředky (OOP). Níže uvádíme několik příkladů kontrolních opatření, avšak ne všechna z nich budou vzhledem ke své povaze aplikovatelná na všechna pracoviště nebo práce.

- Provádějte zatím jen práci nezbytně nutnou; některé činnosti je možné odložit na dobu, kdy bude riziko nižší. Pokud je to možné, poskytněte místo osobního přístupu služby na dálku (telefon nebo video). Zajistěte, aby byli na pracovišti přítomni pouze pracovníci, kteří jsou pro práci nezbytní, a minimalizujte přítomnost třetích osob.
- Pokud je to možné, omezte fyzický kontakt mezi pracovníky (např. během schůzek nebo během přestávek). Izolujte pracovníky, kteří mohou bezpečně vykonávat své úkoly sami a kteří nevyžadují speciální vybavení nebo nepřemístitelné přístrojové vybavení. Kdykoli je to možné, zajistěte, aby například pracovali sami ve volné kanceláři, místnosti pro personál, jídelně nebo zasedací místnosti. Pokud je to možné, požádejte rizikové pracovníky, aby pracovali z domova, zejména starší lidé a osoby s **chronickými onemocněními** (včetně hypertenze, plicních nebo srdečních potíží, cukrovky nebo kteří **podstupují léčbu nádorového onemocnění nebo jinou imunosupresi**) a **těhotné pracovnice**. Zaměstnanci s vysoce rizikovými blízkými rodinnými příslušníky mohou rovněž potřebovat pracovat na dálku.
- Eliminujte, a pokud to není možné, omezte fyzický kontakt se zákazníky a mezi nimi. Například prostřednictvím on-line nebo telefonických objednávek, bezkontaktního doručování nebo regulovaného vstupu (aby zároveň nedocházelo ke shlukování venku) a fyzických odstupů uvnitř i vně budov.
- Při dodávce zboží rovněž postupujte vyzvednutím nebo doručením vně budovy. Instruuje řidiče o správné hygieně v kabině a poskytněte jim vhodný dezinfekční gel a ubrusky. Doručovatelům musí být umožněno používat zařízení, jako jsou toalety, kavárny, šatny a sprchy, i když s příslušnými preventivními opatřeními (například vždy pouze jeden uživatel a pravidelný úklid).
- Umístěte mezi pracovníky nepropustnou bariéru, zejména pokud nejsou schopni dodržet vzdálenost dvou metrů od sebe. Bariéry mohou být cíleně vyrobeny k danému účelu nebo improvizovaně, za pomoci např. plastové fólie, příčky, posuvných skříní nebo pomocí skladovacích jednotek. Je třeba se vyvarovat předmětů, které nejsou pevné nebo mají otvory (například rostliny v květináčích nebo vozíky) a předmětů, které vytváří nová rizika (například zakopnutí, padající předměty). Pokud nelze použít bariéru, má být vytvořen dostatečný prostor mezi pracovníky například zajištěním alespoň dvou prázdných stolů z každé strany.



- Pokud je nevyhnutelný blízký kontakt, neměl by přesáhnout 15 minut. Omezte kontakt mezi jednotlivými pracovními skupinami na začátku a na konci směny. Zajistěte načasování přestávek na jídlo tak, aby byl snížen počet lidí, kteří společně sdílejí jídelnu, místnost pro personál nebo kuchyňku. Zajistěte, aby byl v koupelnách a převlékárnách přítomen vždy jen jeden pracovník. Na hlavní dveře umístěte cedulku označující, že je jedna z toalet obsazena, aby bylo zaručeno, že vždy vstoupí pouze jedna osoba. Uspořádejte směny tak, aby se počítalo i s dobou úklidu a sanitárních prací.
- Na určená místa dodávejte mýdlo a vodu nebo vhodné dezinfekční prostředky na ruce a instruujte pracovníky, aby si často umývali ruce. Pracovní prostory často čistěte, zejména pulty, kliky dveří, nástroje a další povrchy, kterých se lidé často dotýkají, a pokud je to možné, zajistěte dobré odvětrávání.
- Vyvarujte se nadměrného pracovního zatížení úklidového personálu přijetím vhodných opatření, například přidělením dalšího personálu k provádění úklidu a požádáním pracovníků, aby opouštěli svůj pracovní prostor uklizený. Pracovníkům poskytněte hygienické utěrky a nádoby na odpad s plastovými sáčky, aby je bylo možné vyprázdnit bez kontaktu s obsahem.
- Pokud jste identifikovali riziko infekce navzdory všem proveditelným bezpečnostním opatřením, zajistěte veškeré potřebné osobní ochranné prostředky (OOP). Je důležité vyškolit pracovníky ve správném používání OOP a zajistit, aby se řídili dostupnými pokyny pro používání **obličejových masek a rukavic**.
- U vstupu na pracoviště a v dalších viditelných oblastech umístěte plakáty vyzývající k pobytu doma v případě nemoci, plakáty s pravidly chování v případě kašle a kýchání a popisující hygienu rukou.
- Uspadněte pracovníkům využívání individuální dopravy namísto hromadné dopravy, například zpřístupněním parkoviště nebo místa pro bezpečné uložení jízdních kol a vyzvěte pracovníky, aby chodili do práce pěšky, pokud je to možné.
- V případě potřeby zaveďte interní předpisy týkající se flexibilní dovolené a práce na dálku, aby došlo k omezení přítomnosti na pracovišti.

Obnovení pracovní činnosti po období uzavření pracoviště

Pokud bylo vaše pracoviště po určitou dobu uzavřeno z důvodů souvisejících s onemocněním covid-19, vytvořte plán pro opětovné zahájení práce, s ohledem na zdraví a bezpečnost na pracovišti. Ve svém plánu byste měli zvážit následující okolnosti:

- Aktualizujte **hodnocení rizik** jak je popsáno výše a přečtěte si příručku **covid-19: pokyny pro pracoviště**.
- Dříve než plně obnovíte pracovní činnost a dříve, než se zaměstnanci vrátí na pracoviště, proveďte úpravy v uspořádání pracoviště a v organizaci práce, které sníží možnost přenosu onemocnění covid-19. Zvažte obnovení činnosti po etapách, aby bylo možné provést náležitě úpravy. Nezapomeňte informovat pracovníky o provedených změnách dříve, než začnou pracovat a pokud je to potřeba, poskytněte jim nové pokyny a školení.
- obraťte se na svého poskytovatele zdravotní péče a zdravotního a bezpečnostního poradce a projednejte s nimi svůj plán.
- Zvláštní pozornost věnujte vysoce rizikovým pracovníkům a buďte připraveni ochránit nejvíce zranitelné, včetně starších osob a osob s **chronickými onemocněními** (včetně hypertenze, plicních nebo srdečních potíží, cukrovky nebo těch, kteří **podstupují léčbu nádorového onemocnění nebo jinou imunosupresi**)



a **těhotných pracovníků**. Věnujte pozornost rovněž pracovníkům, jejichž blízcí rodinní příslušníci jsou vysoce rizikováni.

- Zvažte poskytnutí podpory pracovníkům, kteří mohou trpět úzkostí nebo stresem. Podpora by mohla představovat častější dotazy vedoucích pracovníků na to, jak se zaměstnanci cítí, usnadnění výměn mezi pracovníky a přátelskou spolupráci na pracovišti, provádění změn v organizaci práce a pracovních úkolech, včetně zavedení programu asistence pro zaměstnance nebo službu koučinku, jakož i nabídku kontaktu se závodním lékařem. Uvědomte si, že pracovníci mohli projít traumatickými událostmi, jako je vážné onemocnění nebo smrt příbuzného nebo blízké osoby, nebo mohou mít finanční potíže či problémy v rovině osobních vztahů.
- Pracovníci, kteří se vrací na pracoviště po období izolace, ať už šlo o individuální opatření nebo o součást kolektivní izolace, by se mohli obávat rizika nákazy. Tyto obavy, zvláště pokud došlo ke změnám v zaměstnání, mohou mít za následek stres a duševní problémy. Pracovníci se mohou obávat zvýšeného rizika nákazy na pracovišti a nemusí se chtít vrátit. Je důležité porozumět jejich obavám a poskytnout jim informace o přijatých opatřeních a podpoře, kterou mají k dispozici.

Zapojení pracovníků

Účast zaměstnanců a jejich zástupců na řízení BOZP je klíčem k úspěchu a právní povinností. To platí také pro opatření učiněná na pracovištích v souvislosti s onemocněním covid-19, v době rychlého vývoje události a vysoké míry nejistoty a úzkosti u pracovníků i v populaci.

Je důležité, abyste včas informovali své pracovníky a/nebo jejich zástupce a zástupce pro oblast zdraví a bezpečnosti o plánovaných změnách a o tom, jak budou dočasné postupy fungovat v praxi. Důležitou součástí správné praxe v oblasti bezpečnosti a ochrany zdraví při práci je spolupráce s pracovníky při vyhodnocování rizik. Zástupci pro oblast zdraví a bezpečnosti a výbory pro bezpečnost a ochranu zdraví jsou v jedinečné pozici, aby pomohli navrhnout preventivní opatření a zajistili jejich úspěšnou implementaci.

Zvažte také, jak zajistit, aby měli agenturní pracovníci a dodavatelé přístup ke stejným informacím jako přímí zaměstnanci.

Tento dokument dále obsahuje doporučení týkající se následujícího:

1. Jednoduché způsoby, jak zabránit šíření covid-19 na pracovišti
2. Jak zvládat rizika spojená s covid-19 při organizaci meetingů a akcí
3. Aspekty, které je třeba zohlednit, když cestujete vy nebo cestují vaši zaměstnanci
4. Příprava pracoviště v případě, že se covid-19 objeví ve vaší komunitě

1. Jednoduché způsoby, jak zabránit šíření covid-19 na pracovišti

Nízkonákladová opatření uvedená níže vám pomohou zabránit na pracovišti šíření nákazy, jako je nachlazení, chřipka a střevní chřipka, a chránit vaše zákazníky, dodavatele a zaměstnance.



Zaměstnavatelé by měli začít realizovat tato opatření nyní, i když se covid-19 ještě neobjevil v komunitě, kde mají provozovnu. Tato opatření mohou snížit počet pracovních dní ztracených v důsledku nemoci a zastavit nebo zpomalit šíření covid-19, pokud se na jednom z pracovišť objeví.

- Dbejte na to, aby pracoviště bylo čisté a hygienické.
 - Povrchy (např. pracovní a jiné stoly) a předměty (např. telefony, klávesnice) je třeba pravidelně omývat běžně dostupnými detergenty s tenzidy (mycími prostředky), popřípadě otírat dezinfekčním prostředkem.
 - Proč? Protože kontaminace předmětů, jichž se zaměstnanci a zákazníci dotýkají, je jedním z hlavních způsobů, jak se covid-19 šíří.
- Podporujte pravidelné a důkladné mytí rukou u zaměstnanců, dodavatelů a zákazníků.
 - Umístěte zásobníky s dezinfekčním gelem na viditelná místa na pracovišti. Zajistěte, aby byly pravidelně doplňovány.
 - Vyvěste plakáty podporující mytí rukou
 - Zkombinujte plakáty s dalšími komunikačními opatřeními, jako jsou pokyny od pracovníků zaměřených na bezpečnost a ochranu zdraví při práci, poučení v rámci meetingů nebo informace na intranetu, abyste mytí rukou co nejvíce podpořili.
 - Zajistěte, aby zaměstnanci, dodavatelé a zákazníci měli přístup k místům, kde si mohou umýt ruce vodou a mýdlem.
 - Proč? Protože mytí rukou zabíjí viry na rukou a zabraňuje šíření covid-19.
- Podporujte správnou respirační hygienu na pracovišti.
 - Vyvěste plakáty podporující respirační hygienu. Zkombinujte je s dalšími komunikačními opatřeními, jako jsou pokyny od pracovníků zaměřených na bezpečnost a ochranu zdraví při práci, poučení v rámci meetingů, informace na intranetu atd.
 - Proč? Protože správná respirační hygiena zabraňuje šíření covid-19.
- Doporučte zaměstnancům a dodavatelům, aby před služební cestou sledovali doporučení ohledně cestování. Bližší informace na webových stránkách Ministerstva zahraničních věcí www.mzv.cz.
- Informujte zaměstnance, dodavatele a zákazníky, že pokud se covid-19 začne šířit v komunitě, musí kdokoliv, byť jen s mírným kašlem nebo lehce zvýšenou teplotou (37,3 °C a více) zůstat doma. Rovněž je třeba zůstat doma (nebo pracovat z domova), pokud člověk užívá obvyklé léky, jako je paracetamol/acetaminofen, ibuprofen nebo aspirin, které mohou maskovat známky infekce.
 - Neustále zdůrazňujte, že je třeba zůstat doma byť jen s mírnými příznaky covid-19.
 - Na pracovišti vyvěste plakáty s tímto sdělením. Zkombinujte je s dalšími komunikačními



kanály, které ve vaší organizaci nebo v podniku běžně užíváte.

- Služby zaměřené na bezpečnost a ochranu zdraví při práci, místní orgán ochrany veřejného zdraví nebo jiní partneři mohli vytvořit propagační materiály podporující toto sdělení.
- Upozorněte zaměstnance, že mohou uplatnit nárok na pracovní neschopnost.

2. Jak zvládat rizika spojená s covid-19 při organizaci meetingů a akcí

Proč by měli zaměstnavatelé a organizátoři zohlednit covid-19?

Organizátoři meetingů a akcí se musí zamyslet nad možnými riziky souvisejícími s covid-19 z následujících důvodů:

- Existuje riziko, že lidé účastníci se vašeho meetingu nebo akce mohou nevědomky zanést virus covid-19 na meeting. Další lidé tak mohou být covid-19 nevědomky vystaveni.
- I když covid-19 u většiny lidí probíhá mírně, někteří mohou mít velmi vážný průběh.

Zásadní aspekty vedoucí k eliminaci nebo omezení rizika covid-19

PŘED meetingem nebo akcí

- Zkontrolujte doporučení orgánů v místě, kde plánujete meeting nebo akci pořádat. Řiďte se jejich pokyny.
- Sestavte a odsouhlaste plán připravenosti pro zabránění šíření infekce na vašem meetingu nebo akci.
 - Zvažte, zda jsou osobní meetingy nebo akce nezbytné. Nebylo by možné je nahradit telekonferencí nebo akcí online?
 - Nebylo by možné zmenšit rozsah akce tak, že by se jí účastnilo méně lidí?
 - Dostatečně se zásobte potřebnými materiály včetně kapesníků a dezinfekčních gelů pro všechny účastníky.
 - Aktivně sledujte, kde se covid-19 šíří. Předem informujte účastníky, že pokud mají jakékoliv příznaky nebo se necítí dobře, neměli by se akce účastnit.
 - Zajistěte, aby všichni organizátoři, účastníci, pracovníci cateringu a návštěvníci akce poskytli své kontaktní údaje: číslo mobilního telefonu, e-mail a adresu, kde se zdržují.



- Jednoznačně zdůrazněte, že jejich údaje budou sdíleny s místními orgány ochrany veřejného zdraví, pokud se u jakéhokoli účastníka vyskytne podezření na infekční onemocnění. Kdo s touto podmínkou nesouhlasí, nemůže se akce nebo meetingu zúčastnit.
- Sestavte a odsouhlaste plán reakce pro případ, že někdo v průběhu meetingu onemocní a objeví se u něj příznaky covid-19 (suchý kašel, teplota, malátnost). Tento plán by měl zahrnovat přinejmenším následující opatření:
 - Identifikujte místnost nebo prostor, kde je možné bezpečně izolovat někoho, kdo se necítí dobře nebo se u něj projevují příznaky.
 - Mějte k dispozici plán, jak osobu s příznaky přesunout do zdravotnického zařízení.
 - Stanovte si, co dělat, pokud bude účastník meetingu, zaměstnanec nebo dodavatel testován pozitivně na covid-19 během meetingu nebo krátce po něm.
 - Odsouhlaste předem plán se svým poskytovatelem zdravotní péče nebo zdravotním odborem.

BĚHEM meetingu nebo akce

- Poskytněte účastníkům informace nebo proveďte instruktáž, ideálně ústně i písemně, ohledně covid-19 a opatření, která organizátoři přijali, aby tato akce byla pro účastníky bezpečná.
 - Budujte důvěru. Například jako zahřívací cvičení s účastníky procvičujte, jak pozdravit druhého, aniž bychom se ho dotkli.
 - Vyzvěte všechny účastníky meetingu nebo akce k pravidelnému mytí rukou nebo používání dezinfekčního gelu na bázi alkoholu.
 - Vyzvěte účastníky, aby si při kašlání nebo kýchání zakrývali ústa loktem nebo kapesníkem. Zajistěte kapesníky a koše s víkem pro jejich likvidaci.
 - Poskytněte účastníkům kontaktní údaje nebo číslo na telefonní linku, kam mohou účastníci zavolat, když potřebují radu nebo chtějí sdělit nějaké informace (linka 1212, popř. další důležité kontakty jsou dostupné na <https://koronavirus.mzcr.cz/dulezite-kontakty-odkazy/>).
- Umístěte zásobníky s dezinfekčním gelem na bázi alkoholu na viditelných místech v rámci místa konání.
- Pokud máte dostatek prostoru, uspořádejte židle tak, aby účastníci od sebe byli vzdáleni alespoň 1 metr.
- Kdykoliv je to možné, otevřete okna a dveře, aby bylo místo konání dobře větrané.



- Pokud se někdo necítí dobře, řiďte se připraveným plánem nebo zavolejte na nouzovou linku.
 - V závislosti na situaci ve vaší oblasti nebo na nedávných cestách účastníka jej umístěte do izolační místnosti. Dejte osobě roušku, aby se mohla případně bezpečně dostat domů nebo do příslušného zařízení, kde proběhne vyšetření.
- Poděkujte všem účastníkům za spolupráci a dodržování opatření.

PO meetingu

1. Uchovejte jména a kontaktní údaje všech účastníků po dobu alespoň jednoho měsíce. Pomůžete tak orgánům ochrany veřejného zdraví s případným trasováním osob, které mohly být vystaveny covid-19, pokud jeden nebo více účastníků krátce po akci onemocnělo.
2. Pokud byl někdo v rámci meetingu nebo akce izolován jako případ s podezřením na covid-19, měl by o tom organizátor účastníky informovat. Měli by být instruováni, aby u sebe sledovali možné příznaky po dobu 14 dnů a dvakrát denně si měřili teplotu.
3. Pokud se u nich rozvine, byť jen mírný kašel nebo lehce zvýšená teplota (tj. teplota 37,3 °C nebo vyšší), měli by zůstat doma a v izolaci. To znamená, že by se měli vyhýbat blízkému kontaktu (méně než 1 metr) s jinými lidmi včetně členů rodiny. Také by měli zavolat svému praktickému lékaři nebo místně příslušné krajské hygienické stanici a uvést podrobnosti o svých nedávných cestách a příznacích.
4. Poděkujte všem účastníkům za spolupráci a dodržování opatření.

3. Aspekty, které je třeba zohlednit, když cestujete vy nebo cestují vaši zaměstnanci

• Před cestou

- Zajistěte, aby vaše organizace a její zaměstnanci měli aktuální informace o oblastech, kde se covid-19 šíří. Tyto informace jsou k dispozici na adrese <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>.
- Na základě aktuálních informací by vaše organizace měla vyhodnotit přínosy a rizika spojená s cestovními plány.
- Nevysílejte zaměstnance, u nichž hrozí vyšší riziko závažného onemocnění (např. starší lidé a lidé trpící onemocněními, jako jsou cukrovka, nemoci srdce a plic), do oblastí, kde se šíří covid-19.
- Zajistěte, aby všechny osoby cestující do oblastí, kde byl hlášen covid-19, byly poučeny kvalifikovaným odborníkem (např. zaměstnancem zdravotnických služeb, poskytovatelem zdravotní péče nebo místním orgánem v oblasti ochrany veřejného



zdraví).

- Zvažte poskytnutí malých lahviček dezinfekčního gelu na bázi alkoholu všem zaměstnancům, kteří se chystají cestovat. Toto opatření může usnadnit pravidelnou hygienu rukou.

- **Při cestování:**

- Vyzvěte zaměstnance, aby si pravidelně myli ruce a drželi se alespoň 1 metr od lidí, kteří kašlou nebo kýchají.
- Zajistěte, aby zaměstnanci věděli, co dělat a koho kontaktovat, pokud onemocní během cesty (důležité kontakty jsou dostupné na <https://koronavirus.mzcr.cz/dulezite-kontakty-odkazy/>).
- Zajistěte, aby vaši zaměstnanci v místě, kam cestují, dodržovali pokyny místních orgánů a místní omezení v oblasti cestování, pohybu nebo shromáždění velkého počtu lidí.

- **Když se zaměstnanci vrátí z cesty:**

- Zaměstnanci, kteří se vrátili z oblasti, kde se šíří covid-19, by měli sledovat, zda se u nich během 14 dnů neobjeví příznaky, a měli by si dvakrát denně měřit teplotu.
- Pokud se u nich rozvine, byť jen mírný kašel nebo lehce zvýšená teplota (tj. teplota 37,3 °C nebo vyšší), měli by zůstat doma a v izolaci. To znamená, že by se měli vyhýbat blízkému kontaktu (méně než 1 metr) s jinými lidmi včetně členů rodiny. Také by měli zavolat svému praktickému lékaři nebo místně příslušné krajské hygienické stanici a uvést podrobnosti o svých nedávných cestách a příznacích.

4. Příprava pracoviště v případě, že se covid-19 objeví ve vaší komunitě

- Sestavte plán pro případ, že někdo onemocní na jednom z vašich pracovišť a je zde podezření na covid-19.
 - Plán by měl zahrnovat umístění osoby do místnosti nebo prostoru, kde bude izolována od ostatních, omezení počtu osob, které jsou s nemocnou osobou v kontaktu, a kontaktování místně příslušné krajské hygienické stanice.
 - Zamyslete se nad tím, jak identifikovat osoby, které mohou být ohroženy, a podporujte je, aniž byste tím podporovali jejich stigmatizaci nebo diskriminaci. Může se jednat o osoby, které nedávno cestovaly do oblasti hlásící případy onemocnění, nebo jiné zaměstnance, kteří trpí onemocněním vedoucím ke zvýšenému riziku závažného průběhu



nemoci (např. cukrovka, nemoci srdce a plic, vyšší věk).

- Oznamte místně příslušné krajské hygienické stanici, že sestavujete plán, a požádejte je o jejich názor.
- Podporujte pravidelnou práci na dálku v rámci celé organizace.
- Sestavte nouzový plán a plán na zachování provozu v případě epidemie v komunitách, kde má váš podnik provozovny.
 - Plán pomůže připravit vaši organizaci na možnost epidemie covid-19 na pracovišti nebo v komunitě. Může být rovněž relevantní pro jiné mimořádné zdravotní události.
 - Plán by se měl zaměřit na to, jak udržet podnik v provozu i v případě, že se velký počet zaměstnanců, dodavatelů nebo zásobovatelů nemůže do provozovny dostavit buď v důsledku místních cestovních omezení, nebo z důvodu nemoci.
 - Informujte své zaměstnance a dodavatele o plánu a zajistěte, aby věděli, co mají nebo nemají podle plánu dělat. Zdůrazněte nejdůležitější body, jako je nutnost nechodit do práce, i když se u zaměstnanců objeví pouze mírné příznaky, nebo když užívají obyčejné léky (např. paracetamol, ibuprofen), které mohou příznaky maskovat.
 - Dbejte na to, aby váš plán řešil případ covid-19 na pracovišti nebo v komunitě v kontextu dopadů v oblasti duševního zdraví a sociálních dopadů a poskytněte informace a podporu.
 - Je třeba, aby malé a střední podniky bez interních odborů podporujících zdraví a pohodu zaměstnanců navázaly partnerství a sestavily plány spolu s místními poskytovateli zdravotních a sociálních služeb dříve, než dojde k mimořádné události.
 - Váš místní orgán ochrany veřejného zdraví, resp. místně příslušná krajská hygienická stanice vám může při vytváření plánu poskytnout podporu a pokyny.

Bezpečnost a ochrana zdraví při práci:

Předpisy upravující bezpečnost a ochranu zdraví při práci jsou pro zaměstnavatele i zaměstnance stále závazné. Ve spojení se současnou epidemiologickou situací nedošlo k jejich změně.

Zaměstnavatel má stále za povinnost v návaznosti na všechny rizikové faktory práce vytvářet takové pracovní podmínky, které neohrožují zdraví a život zaměstnanců.

Zaměstnanec má stále za povinnost předcházet poškození zdraví svého a spolupracovníků. Dodržovat opatření uložená zaměstnavatelem a předpisy upravující bezpečnost a ochranu zdraví při práci a oznamovat zaměstnavateli nedostatky a závady, které ohrožují nebo by bezprostředně mohly ohrozit bezpečnost nebo zdraví zaměstnanců při práci.

Pamatujte si:



Nyní je správný čas připravit se na covid-19. Jednoduchá preventivní opatření a plánování mohou být velmi účinná. Pokud budete jednat teď, můžete ochránit své zaměstnance a svůj podnik.

Sledujte aktuální informace:

Aktuální informace ohledně toho, kde se šíří covid-19, naleznete zde:

<https://koronavirus.mzcr.cz/>

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

Doporučení a pokyny WHO ohledně covid-19:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

<https://www.epi-win.com/>