



Uluslararası  
Çalışma  
Örgütü



► **İşe Güvenli Dönüş**  
**İşverenler için**  
**COVID-19 Önlem Rehberi**

Telif hakkı © Uluslararası Çalışma Örgütü 2020

İlk yayın tarihi 2020

Bu doküman, Creative Commons 4.0 Uluslararası Lisansı altında dağıtılan bir açık erişim çalışmasıdır. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/> Kullanıcılar orijinal çalışmayı Lisans'ta ayrıntılandırıldığı gibi yeniden kullanılabilir, paylaşabilir, uyarlayabilir ve ekleme yaparak geliştirebilir. ILO, orijinal çalışmanın sahibi olarak açıkça belirtilmelidir. ILO ambleminin kullanıcıların çalışması ile bağlantılı olarak kullanılmasına izin verilmemiştir.

Çeviriler- Bu çalışmanın çevrilmesi durumunda, atıfla birlikte şu sorumluluk reddi eklenmelidir: Bu çeviri Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO) tarafından yapılmamıştır ve resmi ILO çevirisi olarak değerlendirilmemelidir. ILO, içerikten veya çevirinin doğruluğundan sorumlu değildir.

Uyarlamalar- Bu çalışmanın uyarlanması durumunda, atıfla birlikte şu sorumluluk reddi eklenmelidir: Bu metin, Uluslararası Çalışma Örgütü'ne (ILO) ait orijinal çalışmanın bir uyarlamasıdır. Bu uyarlamada ifade edilen görüş ve fikirlerin sorumluluğu yalnızca uyarlamanın yazar veya yazarlarına aittir ve ILO tarafından onaylanmamıştır.

---

İşe Güvenli Dönüş: İşverenler için COVID-19 Önlem Rehberi

Cenevre: Uluslararası Çalışma Ofisi, Mayıs 2020

ISBN 978-92-2-033655-7 (web PDF)

İngilizce: ISBN 978-92-2-032220-8 (web PDF)

Fransızca: ISBN 978-92-2-032222-2 (web PDF)

İspanyolca: ISBN 978-92-2-032224-6 (web PDF)



---

ILO yayınlarında kullanılan ve Birleşmiş Milletler uygulamalarıyla uyumlu adlandırmalar ve görsel malzemeler, herhangi bir ülke, alan veya toprağın veya makamlarının hukuki statüsü veya sınırlarına ilişkin olarak hiçbir şekilde Uluslararası Çalışma Ofisi'nin görüşünü yansıtmaz.

İmzalı makale, araştırma ve diğer katkılarda ifade edilen fikirlerin sorumluluğu yalnızca yazarlarına aittir ve yayın içinde ifade edilen fikirlerin Uluslararası Çalışma Ofisi tarafından desteklendiğini göstermez.

Firma isimlerine ve ticari ürün veya süreçlere yapılan atıflar, onların Uluslararası Çalışma Örgütü tarafından desteklendiğini belirtmez ve belirli bir firma, ticari ürün veya süreçten söz edilmemesi de onaylamama anlamına gelmez.

ILO yayınları ve dijital ürünleri hakkında bilgi için: [www.ilo.org/publns](http://www.ilo.org/publns).

---

İsviçre'de hazırlanmıştır

Uluslararası Çalışma Örgütü, Cenevre, İsviçre tarafından basılmıştır.

# İçindekiler

---

<b>1. Rehberin amacı</b>	<b>2</b>
<b>2. Genel düşünceler, bilgiler ve farkındalık arttırma</b>	<b>3</b>
<b>3. Hijyen önlemleri</b>	<b>4</b>
Kişisel hijyen.....	4
İşyerleri, iş ekipmanı ve tesislerin temizliği.....	4
Havalandırma.....	5
Kişisel koruyucu donanım.....	5
<b>4. Dikkate alınması gereken eylemler: Evden işyerine</b>	<b>8</b>
Evden ayrılmadan önce	8
İşe gidiş-geliş	8
<b>5. Dikkate alınması gereken eylemler: İşyerine girmeden önce</b>	<b>9</b>
Semptom taraması (örneğin ateş ölçümü)	9
Giriş ve çıkışları kaydetmek	9
Doğru hijyen alışkanlıklarını desteklemek	10
<b>6. Dikkate alınması gereken eylemler: İşyerinin içinde</b>	<b>11</b>
Soyunma odaları	11
Tuvaletler	11
Kantin ve dinlenme alanları	11
İş, çalışma yerleri ve/veya üretim hatlarının örgütlenmesi	12
İş ekipmanı	12
Temas kaydı	12
İç dolaşım	13
Toplantı ve seyahatler	13
<b>7. Dikkate alınması gereken eylemler: İşyerinden ayrılırken</b>	<b>14</b>
<b>8. Tedarikçiler ve müşteriler ile ilişkileri yürütmek</b>	<b>14</b>
Tedarikçiler ve teslimat	14
Müşteriler	15
<b>9. Kırılgan işçiler</b>	<b>16</b>
<b>10. COVID-19 küresel salgını döneminde işçilerin ruhsal iyilik halini korumak</b>	<b>16</b>
Küresel salgının işçilerin esenliğine etkisi	16
Destekleri işçilerin ihtiyaçlarına uyarlamak	17
<b>11. İşçi işyerinde COVID-19 semptomları gösterirse ne yapmalı?</b>	<b>19</b>
<b>Referanslar ve kaynaklar</b>	<b>20</b>

## 1. Rehberin amacı

---

Bu rehber, COVID-19'u önlemeye yönelik, Belikal sosyal ortaklar ve hkmet uzmanları tarafından hazırlanan "İŖyerinde COVID-19'un yayılmasını önlemek iin genel rehber" ve Manufacturing NZ, IBEC, Arjantin Sanayi Birliği, Ŗili İnŖaat Odası, Guayaquil Ticaret Odası ve Guatemala Tarım Odası'nın oluŖturduęu rehberler ile birlikte WHO'nun eŖitli materyal ve rehberlikleri dahil, dünya genelinde birok kuruluŖ tarafından oluŖturulan materyale dayanan sağlık ve güvenlik uygulamaları ve yaklaŖımları iin tavsiyeleri iermektedir.

Yayın, iŖverenlere iŖyerinde COVID-19 yayılımının nasıl nleneceğine iliŖkin genel rehberlik ve bilgi sunmayı, iŖilere bulaŖma riskini mümkün olduğunca dŖk tutarken iŖe güvenle dönme imknı tanımayı amalamaktadır. Aynı zamanda küresel salgın sırasında iŖilerin ruhsal iyilik halinin nasıl korunacağına iliŖkin fikirler sunmaktadır.

Bir aŖı veya ila geliŖtirilene kadar, COVID-19 virüsünün toplumlarımızda dolaŖmaya devam etmesi muhtemeldir. Dolayısıyla iŖyerindekiler dahil enfeksiyonların önlenmesi iin, fiziksel mesafeyi koruma önlemleri, artan hijyen önlemleri ve diğer önlemlerin sürdürülmesi gerekmektedir. İŖletmeler ve iŖileri iŖe güvenli dnŖ ve iŖ faaliyetlerinin kademeli olarak yeniden baŖlamasına hazırlamak iin önleyici eylemler gereklidir. Rehber, kriz boyunca faaliyetlerini sürdüren ancak Ŗu anda ek önleyici ve koruyucu İSG nlemlerini değerlendirmesi gereken iŖletmeler iin de yararlı olabilir.

Büyüklükleri veya sektörleri ne olursa olsun tüm iŖletmelerin, insanların sağlığını gözetmek ve iŖletme faaliyetlerini mümkün olduğunca olumsuz etkilememek iin bu tavsiyeleri benimsemesi teŖvik edilmektedir.

Epidemiyolojik durum, sağlık ve güvenlik düzenlemeleri ve halk sağlığı rehberliği ülkeden ülkeye önemli lde deęiŖiklik gösterdiği iin, bu genel ara ulusal durumlara uyarlanmalıdır. Ara aynı zamanda farklı sektörler tarafından sektöre özgü bağlamalarına göre de uyarlanmalıdır.

## 2. Genel düşünceler, bilgiler ve farkındalık arttırma

Önleyici ve koruyucu tedbirler uygulamak, işyeri süreç ve uygulamalarında önlemleri değiştirebilmektedir. Bu geçişe yardımcı olması için en azından işe dönüş döneminin başında lojistiği ve süreç akışını kolaylaştırmak amacıyla faaliyetlerin kademeli olarak yeniden başlamasını değerlendirin (örneğin ürün grupları veya faaliyetlerinin sayısının azaltılması).

İlk önce hangi işçilerin işe dönmesi gerektiğini belirleyin. Çoğu işletme için tüm işçilerin aynı anda işyerine dönebilmesi muhtemel değildir. İş ihtiyaçlarına dayanarak hangi işçi, departman, grup veya birimlerin ilk önce dönmesi gerektiği üzerine düşünülmelidir. İş faaliyetlerine ilişkin süregelen kısıtlamalar ve fiziksel mesafeyi koruma gibi sağlık önlemlerine uygunluk üzerine de düşünülmelidir. Uzaktan çalışmaya devam edebilecek olan işçiler uzaktan çalışmalıdır. Kademeli saatler veya vardiyalı çalışma gibi esnek çalışma saatleri, işyerinde yığılmayı sınırlandırmak için değerlendirilebilir. İşletmeler ayrımcılık gözetmeyen seçim kriterlerine dair kanıt sunmak için meşru iş sebeplerini belgelemelidir.

İşyeri ortamlarında herhangi bir enfeksiyon riskini düzenli olarak değerlendirmek ve uygulanması gereken uygun herhangi bir kontrol önlemini tespit etmek için mevcut sağlık ve güvenlik risk değerlendirmelerini (COVID-19'u önleme gereği ışığında) güncelleyin. Kontrol hiyerarşisi önlemleri akılda tutulmalıdır.

İşyerini işçilerin dönüşü için hazırlayın. Özellikle işyeri planını inceleyin ve fiziksel mesafeyi korumaya imkan tanımak için değişiklikler uygulayın; çalışma alanları ve araçların düzenli temizliği ve dezenfekte edilmesi, bunun yanı sıra ihtiyaç duyulabilecek temizlik malzemeleri ve tüm koruyucu ekipmanın (maske ve eldiven gibi) stoklanması için bir plan oluşturun.

İşçiler (ve/veya uygun olduğunda işçi sendikaları) ile açık diyalogu sürdürün. Özellikle önleyici ve koruyucu tedbirlerin planlanmasına, uygulanmasına ve izlenmesine işyeri sağlığı ve güvenliği temsilcilerini veya komitelerini dâhil edin. İşçiler, risklerin değerlendirilmesi ve çözümlerin belirlenmesi sırasında önemli katkılarda bulunabilmektedirler. Ayrıca, örneğin vardiyalar veya uzaktan çalışma bakımından bazı değişiklikler hakkında sendikalar ile veya bireysel olarak müzakere yapmak gerekebilmektedir.

Uzmanları dâhil edin. Önleme ve kontrol önlemlerini ve "işe dönüş" planını hazırlarken işletme içinde veya dışında mevcut olabilecek önleme danışmanı veya dış iş sağlığı hizmetleri gibi uzmanlıklara başvurmayı değerlendirin.

İlgili sağlık ve çalışma makamları tarafından yayınlanan gereklilik ve tavsiyeleri sık sık izleyin. Epidemiyolojik durum değiştiği ve virüs hakkında bilgi arttığı için tavsiye ve gereklilikler hızla değişebilmektedir ve bunların işyeri politikaları ve uygulamalarına dâhil edilmeleri gerekecektir. Tüm yerel kanun ve düzenlemelere bağlı kalın (örneğin tesiste izin verilen azami personel veya müşteri sayısı, toplantılara ilişkin kısıtlamalar, faaliyetlerini sürdürebilecek iş faaliyetleri türlerine ilişkin).

İşçileri COVID-19 hakkında bilgilendirin ve eğitin. Semptomların neler olduğu, her bireyin kendini nasıl koruyabileceği, mevcut kısıtlamalar (örneğin seyahat yasakları) ve fiziksel mesafeyi korumanın ardındaki gerekçe gibi konuları dâhil edin. Ayrıca COVID-19 kriz yönetimine ilişkin işletme politika, süreç ve uygulamalarına dair bilgi sağlayın. Tüm işçilerin eğitim gördüğünden emin olmak için bilgilendirme oturumlarına ve/veya eğitimlerine katılan işçilerin kaydını tutun.

İşçilerin işletmenin "işe dönüş" plan ve usullerinin iyice farkında olduklarından emin olun.

İşçilerin, müşteriler ve ziyaretçilerin COVID-19 ile ilgili soruları olması halinde işletmede kiminle iletişime geçebileceklerini bildiklerinden emin olun.

Koşulların çeşitliliğini dikkate alarak işçilerin ruhsal esenliğini desteklemek için girişimde bulunun.

İnsanlar işe dönüşe alıştıkça durumu risksiz görme eğilimi olabilmektedir. Yöneticilerin önleyici ve koruyucu önlemler için devam eden gereklilikleri tekrar tekrar vurgulamaları ve sürekli olarak uygulamalarını sağlamaları gerekecektir.

## 3. Hijyen önlemleri

### Kişisel hijyen

#### El yıkama

El hijyeni, COVID-19 virüsünün yayılımını önlemede son derece önemlidir. İşçilerin ellerini su ve sabun ile düzgün biçimde ve düzenli olarak yıkayabilecekleri olanakları olmasını sağlayın.

Elleri kurulamak için kağıt havlu sağlayın (kumaş havlu veya elektrikli el kurutma makinesi yerine).

İşçilere, ellerinin sık sık, su ve sabun ile, en az 20 saniye boyunca, özellikle işe gelindiğinde, tuvaleti kullandıktan sonra, sümkürdükten/öksürdükten/hapşırdıktan sonra ve yemekten önce yıkanması gerektiğini hatırlatın.

Doğru el yıkamayı teşvik eden posterler ve işaretler yerleştirin. Beraberinde çok fazla yazı içermeyen canlı ve açık infografikler en etkili bilgilendirme araçlarıdır.

Elleri su ve sabun ile yıkamanın mümkün olmadığı yerlerde alkol bazlı (%60-80 alkol içeren<sup>1</sup>) el dezenfektanları sağlayın.

İşçilere, başka kişiler tarafından kullanılan veya dokunulan nesne veya yüzeyler ile temastan kaçınma (örneğin kapı kolları) ve bu tür yüzey veya nesnelere ile temastan sonra elleri yıkama talimatı verin.

#### Solunum hijyeni

İşçilere öksürük veya hapşırık esnasında ağız kağıt mendil veya dirsek ile örtme ve kullanılan kağıt mendilleri hemen atma gereğini hatırlatın.

Kağıt mendil ve mendillerin atılması için özel çöp kovası sağlayın. Kapaklı, temassız çöp kovaları en iyisidir.

Çöp içeriğini atmak ve çöp kovalarını dezenfekte etmek için bir sistem kurun.

İşçilere burun, göz veya ağızlarına dokunmaktan kaçınmaları gerektiğini hatırlatan poster ve işaretler yerleştirin.

### İşyerleri, iş ekipmanı ve tesislerin temizliği

İşyerleri, çalışma alanları, ekipman ve tesislerin temiz ve düzenli olmasını sağlamak için günlük temizlik protokolleri oluşturun.

Eşyaları temiz tutmak ve sterilize etmek için özel ekip(ler) oluşturun. Ekip, bu görevleri yerine getirmek için gerekli malzemelere, eğitime ve kişisel koruyucu donanıma sahip olmalıdır.

Temizlik faaliyetlerinin kaydını tutmayı ve belgelemeyi değerlendirin (örneğin havalimanı tuvaletlerindeki uygulama gibi).

Temizlik sırasında yüksek temaslı / yüksek dolaşım alanlara özellikle dikkat edin. Bu alanlar şunları içerebilmektedir: Kantinler, soyunma / giyinme odaları, koridorlar, sigara içilen alanlar, paylaşımlı masalar ve klavyeler, satış makineleri, kapı ve pencere kolları, tırabzanlar, aydınlatma düğmeleri, asansör kapılarının düğmeleri, tuvalet kapıları, lavabo muslukları, sabunluklar, yazıcılar ve sık kullanılan araçlar vb. cihaz ve makinelerin kontrol panelleri/düğmeleri.

1 WHO rehberliğine göre etkili bir alkol bazlı el dezenfektanı ürünü %60 ile %80 arasında alkol içermeli ve etkinliği Avrupa Standardı 1500 veya ASTM International'a (eski adı American Society for Testing and Materials) göre kanıtlanmış olmalıdır.

Yüksek temaslı / yüksek dolaşım alanların sayısını sınırlandırın, örneğin:

- ❑ Bazı iç kapıları açık bırakarak yüksek temaslı bazı bölgeleri azaltmayı değerlendirin (bazılarının yangın kapısı olabileceğini göz önünde bulundurarak).
- ❑ Kapı ve dolapları temas olmadan açma olasılıklarını inceleyin (örneğin tuvalet kapılarını sürekli kısmi olarak açık bırakmak).
- ❑ Personeli ortak ofis gereçlerini (örneğin kalem, zımba) ve bardak, tabak ve çatal-bıçak gibi eşyaları paylaşmaktan caydırın.
- ❑ Karşılama alanları ve yemek odalarından dergi ve gazeteleri kaldırın.

İşyeri genelinde işçilerin kendi alanlarını, çalışma yerlerini, vb. temizlemeleri için malzemeler (örneğin alkol bazlı temizlik bezleri) edinebilecekleri ek temizlik istasyonları sağlayın.

Yeterli temizlik malzemesi tedarikinin mevcut olmasını sağlayın.

#### ► KUTU 1.

##### **Tesisinizi Temizlemek ve Dezenfekte Etmek – Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezi tavsiyesi**

- ❑ Temizlemek ve dezenfekte etmek için tek kullanımlık eldivenler giyilmelidir.
- ❑ Yüzeyleri su ve sabun kullanarak temizleyin, daha sonra dezenfektan kullanın.
- ❑ SARS-CoV-2'ye karşı işe yaradığı onaylanan dezenfektanların kullanılması tavsiye edilir. Ürünün güvenli ve etkili kullanımını sağlamak için etiket üzerindeki talimata uyun. Yüzey için uygunsuz seyreltilmiş çamaşır suyu çözeltileri de kullanılabilir. En az %70 alkol içeren alkol çözeltileri de kullanılabilir.
- ❑ Alkol bazlı (en az %70 alkol içeren) bez veya spreyler, elektronik cihazları ve diğer sık sık temas edilen yüzeyleri dezenfekte ederken özellikle kullanışlı olabilmektedir.

**Kaynak:** Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezi, Tesisinizi Temizlemek ve Dezenfekte Etmek

## Havalandırma

İşyerini mekanik veya doğal havalandırma kullanarak iyice havalandırın (vardiyalar arasında, gün esnasında düzenli olarak). Örneğin, mekanik havalandırması olan binalarda binanın kullanım zamanının başlangıcından en az 2 saat önce havalandırmayı nominal hıza geçirmeyi ve binanın kullanım zamanının bitişinden 2 saat sonra daha düşük hıza geçirmeyi değerlendirin.

Tuvalet havalandırmasını 7/24 çalışır durumda tutun. Bina sakinlerine tuvalet sifonlarını, klozet kapağını kapatarak çekme talimatı verin.

Dışarıdaki hava ile havalandırma sağlayın. Hava işleme ünitelerini %100 dış havaya geçirin.

Mekanik olarak havalandırılan binalarda bile camları açarak düzenli havalandırmayı sağlayın.

Kaçakların kontrol altında olduğundan emin olmak için ısı geri kazanım ekipmanını denetleyin.

Virüsü yayabilecek münferit vantilatörler kullanmayın.

## Kişisel koruyucu donanım

Kişisel koruyucu donanımların arasında cerrahi yüz maskeleri ve solunum maskeleri, tek kullanımlık eldivenler, koruyucu gözlük veya tek kullanımlık kıyafet üstü örtüler yer alabilmektedir. Tıbbi olmayan maskeler kişisel koruyucu ekipman olarak değerlendirilmemektedir ancak COVID-19 bulaşmış kişilerin konuşurken veya öksürürken enfeksiyon yaymasını önlemeye yardımcı olabilmektedir.

Kişisel koruyucu donanım (veya tıbbi olmayan maske) temininin tavsiye edilip edilmediği veya zorunlu kılınıp kılınmadığı ve hangi durumlarda tavsiye edildiği veya zorunlu kılındığıyla ilgili ulusal ve yerel sağlık makamlarının resmi rehberliğine uyun. Örneğin, farklı amaçlar için tavsiye edilebilecek farklı türden yüz maskeleri vardır. Bu, belirli meslek veya meslek görevlerine, konuma, işçiler için güncellenmiş risk değerlendirmelerine ve maskelerin COVID-19'un yayılımını önlemede etkinliğine ilişkin bilgiye bağlı olacaktır.

Genellikle toplu koruma önlemleri (örneğin işçileri ayırmak için plastik paneller yerleştirilmesi veya fiziksel mesafeyi korumayı sağlamak için alanların bant/şeritler ile ayrılması), tehlike kontrolü hiyerarşisi uyarınca bireysel koruma önlemlerine kıyasla öncelik taşımaktadır. Fiziksel mesafeyi koruma önlemlerine tamamıyla uyulamayan durumlarda yüz maskeleri, tamamlayıcı bir koruyucu önlem olarak sıklıkla önerilmektedir.

Yüz maskeleri COVID-19 semptomları göstermeye başlayan tüm kişiler ve bu tür kişiler ile temas halinde olması gereken işçiler için de sıklıkla önerilmektedir.

Her türden maske için etkili olmalarını sağlamak ve bulaşmada herhangi bir artıştan kaçınmak amacıyla uygun kullanma ve atma hayati önem taşımaktadır. İşveren, işçilerin yüz maskeleri veya diğer herhangi bir koruyucu donanımını kullanmasını talep ederse, doğru kullanımına ilişkin bilgilendirme ve eğitim sağlanmalıdır.

Maske kullanılsa bile, işçilere diğer tüm koruyucu önlemlere (örneğin el hijyeni, fiziksel mesafeyi koruma) sıkı biçimde uymanın hayati önem taşıdığını hatırlatın.

## ► KUTU 2.

### **Maske türleri: Tıbbi olmayan maskeler, cerrahi maskeler ve solunum maskeleri**

Farklı türde yüz maskeleri mevcuttur. Maskelerin kullanımına ilişkin sağlık makamlarınızın resmi tavsiyesine danışın.

#### **Tıbbi olmayan yüz maskeleri**

("toplum" maskesi veya "bariyer" maskesi olarak da adlandırılır) kendi kendine yapılan veya ticari maskelerin çeşitli biçimlerini ve bez veya diğer kumaşlar veya diğer malzemelerden (örneğin kağıt) yapılan yüz örtülerini içermektedir. Standart değildir ve virüsten korunmada kullanım amacına yönelik değildir. Bununla birlikte bu tür maskeleri takmak virüsün yayılmasını yavaşlatabilmekte ve virüs bulaşan ve bunu bilmeyen kişilere başkalarına bulaştırmamada yardımcı olabilmektedir.

#### **Cerrahi maskeler**

("tıbbi" maske veya "ameliyat" maskesi olarak da adlandırılır). Cerrahi maske, takanın ağız ve burnu ile yakın çevresindeki muhtemel kontaminantlar arasında fiziksel bir engel oluşturan, sıkmayan, tek kullanımlık bir cihazdır. Cerrahi maskeler düzenlemeye tabidir. Cerrahi maskeler farklı kalınlıklarda ve takanı sıvılar ile temastan korumada farklı bir yetenek ile üretilmektedir. Cerrahi maske, düzgün biçimde takıldığı takdirde mikrop (virüs ve bakteriler) içerebilecek iri partiküllü damlacık, saçılma, serpinti veya sıçramalara engel oluşturmaya, ağız ve buruna ulaşmalarını engellemeye yardımcı olmayı amaçlamaktadır. Cerrahi maskeler aynı zamanda takan kişiden iri solunum damlacıklarının yayılmasını azaltmaya da yardımcı olabilmektedir. Cerrahi maske saçılma ve iri partiküllü damlacıkları engellemede etkili olabilirken, yüz maskesi tasarım olarak havadaki öksürük, hapşırık veya belirli tıbbi işlemler yoluyla yayılabilecek çok küçük partikülleri filtrelememekte veya engellememektedir. Cerrahi maskelerin yüz maskesinin yüzeyi ve takanın yüzü arasındaki gevşeklikten dolayı mikrop ve diğer kontaminantlara karşı tam koruma sağlamadığı da not edilmelidir.

#### **Solunum maskeleri**

(FFP2, N95, KN95, vb.). Solunum maskesi, yüze oturması ve havadaki partikülleri oldukça etkin filtrelemesi için tasarlanmış bir solunum koruyucu cihazdır. Düzenlemeye tabidir ve kişisel koruyucu ekipman olarak sınıflandırılmaktadır. Solunum maskelerinin filtreleme yetkinlikleri, düzgün oturtuldukları takdirde cerrahi yüz maskelerinkini geçmektedir. Bununla birlikte, düzgün oturtulmuş bir solunum maskesi bile hastalık riskini tamamen ortadan kaldırmamaktadır.

**Kaynak:** Amerikan Gıda ve İlaç Dairesi, N95 Solunum Maskeleri ve Cerrahi Maskeler (Yüz Maskeleri)



► KUTU 3.

**Toplum ortamında maskelerin kullanımına ilişkin WHO rehberliği**

Toplum ortamında sağlıklı kişiler tarafından maske kullanımının muhtemel avantajları arasında “pre-semptomatik” dönem sırasında enfekte kişiden kaynaklanan muhtemel maruziyet riskinin azaltılması ve kaynak kontrolü için maske takan bireylerin yaftalanmaması yer almaktadır.

Bununla birlikte tüm karar verme süreçlerinde aşağıdaki riskler dikkate alınmalıdır:

- Kontamine maskeye dokunma veya maskeyi yeniden kullanma ile meydana gelebilecek kendi kendine bulaştırma.
- Kullanılan maskenin türüne bağlı olarak nefes alma zorlukları.
- Fiziksel mesafeyi koruma ve el hijyeni gibi diğer koruyucu önlemlere muhtemel olarak daha az uymaya neden olabilecek sahte güvenlik hissi.
- Maske tedarikinin başka yönlere saptırılması ve sağlık çalışanları için buna bağlı maske eksikliği.
- Kaynakların, el hijyeni gibi etkin halk sağlığı önlemlerinden başka yönlere saptırılması.

WHO, özellikle de birçok ülkede rapor edilen mevcut kişisel koruyucu donanım eksikliği göz önüne alındığında tıbbi maskeler ve solunum maskeleri için sağlık çalışanlarına öncelik verilmesi gerektiğini vurgulamaktadır.

Kaynak: WHO, 2020, COVID-19 bağlamında maskelerin kullanımına ilişkin tavsiye: ara rehberlik, 6 Nisan 2020

İşveren ve İş Örgütleri (İİÖ'ler) yüz maskelerine ilişkin ulusal rehberlik eklemek isteyebilir

## 4. Dikkate alınması gereken eylemler: Evden işyerine

### Evden ayrılmadan önce

Herhangi bir COVID-19 semptomu (ateş, kuru öksürük, boğaz ağrısı, nefes darlığı, burun akıntısı veya aksırma gibi nezle, koku duyusu kaybı) olan işçilere evde kalma, bir tıp merkezi ile iletişime geçme veya ülke makamları tarafından görevlendirilen sağlık hizmetlerini arama talimatı verin. İşçiler amirlerini de bu durum hakkında bilgilendirmelidir.

İşçinin hane halkında biri kendini tecrit ettiğinde ne yapılacağına ilişkin sağlık makamlarınızın rehberliğini kontrol edin.

İşveren ve İş Örgütleri (İİÖ'ler) kendini tecrit etme ve karantinaya ilişkin ulusal rehberlik eklemek isteyebilir.

### İşe gidiş-geliş

Kısa mesafeler için işçileri işe yürüyerek veya bisiklet ile gelmeye teşvik edin.

İşçileri özellikle de en yoğun zamanlarda toplu taşımadan kaçınmaya teşvik edin. Toplu taşıma ile seyahat etmesi gereken işçileri taşımacılık işletmelerinin verdiği talimata uyma konusunda bilgilendirin.

Artan sayıda işçi işe özel araçları ile gelmek isteyebileceği için ilave park yeri sağlamayı değerlendirin.

İşçilere doğru el ve solunum hijyenini yolculuktan önce, yolculuk sırasında ve yolculuktan sonra sürdürmenin önemini hatırlatın.

İşveren ulaşım sağlıyorsa (örneğin minibüs veya otobüs):

- Her bir kişi arasında **tavsiye edilen en az 1 metrelik<sup>2</sup> mesafeyi** muhafaza edin (örneğin bazı koltukları boş bırakın). Bu nedenle taşınabilecek kişi sayısı taşıt türüne göre değişiklik gösterecektir.
- Tavsiye edilen mesafe temin edilemezse, ulusal sağlık makamlarının tavsiyeleri uyarınca yüz maskesi gibi ilave koruma sağlamayı değerlendirin.
- Yiğilmayı azaltmak için ulaşım sağlamanın sıklığını artırmayı değerlendirin.
- Düzgün havalandırmaya dikkat edin (örneğin sürüş sırasında camları açın).
- Taşıtı özellikle yüksek temaslı alanların (örneğin kapı kolları, tutunma çubukları) sık temizliğine dikkat vererek düzenli olarak temizleyin.
- Sürücü koltuğu alanını taşıtın geri kalanından ayırın (örneğin şerit veya yer işaretleri kullanarak).
- Yolculardan taşıta arka giriş kapılarından girmelerini ve çıkmalarını isteyin.
- Taşıta erişim noktalarında kalabalıktan kaçının.

2 Bu rehber boyunca Dünya Sağlık Örgütü'nün tavsiyeleri uyarınca insanlar arasında 1 metre mesafe sağlanması tavsiye edilmektedir. Bununla birlikte her ülkenin makamları kendi tavsiyelerini yapabilmektedir ve bunlar genellikle 1 ile 2 metre arasında değişmektedir. İşveren örgütleri ve işletmeler kendi ülkelerinde belirlenen düzenleme ve tavsiyelere uymalıdır.

## 5. Dikkate alınması gereken eylemler: İşyerine girmeden önce

### Semptom taraması (örneğin ateş ölçümü)

Semptom taraması politikalarına ilişkin ilgili sağlık makamlarının kanun, düzenleme ve rehberliklerini kontrol edin.

Bazı ülkelerde işçiler, işyerine girmeden önce vücut sıcaklığı kontrolüne tabi tutulabilmektedir. Yüksek ateş (37.5°den yüksek sıcaklık) durumunda giriş reddedilmektedir.

Vücut sıcaklığı kontrolü uygulanacaksa tüm işçiler için tekbiçimde (göreve, sözleşme türüne vb. bakmaksızın) ve uygun talimatı alan kişilerce güvenilir ekipman ile (örneğin kızılötesi termometre) gerçekleştirilmelidir. Bu kişi tıbbi personel, insan kaynakları personeli veya görevlendirilmiş eğitilmiş personel olabilir. Bununla birlikte bu taramanın klinik tanı amaçlamadığı veya klinik tanının ikamesi olmadığı belirtilmelidir.

Bazı ülkeler, COVID-19 her zaman yüksek ateşin varlığını içermediği için vücut sıcaklığı taramasını tavsiye etmemektedir. Buna ek olarak tarama, hedeflenmeyen sonuçlara neden olabilmektedir – yüksek ateşi olan kişilerin yüksek vücut sıcaklığını bastırmak için durumlarını ateş düşürücü ilaç (örneğin parasetamol) alarak gizlemeleri olasıdır ve bu sahte bir güvenlik hissi verebilmektedir.

Bazı ülkelerde işverenler, her işçiden, geldiklerinde iş sahasına girmelerine müsaade edilmeden önce semptomsuz (öksürük, boğaz ağrısı, nefes darlığı, burun akıntısı veya aksırma gibi nezle, koku duyusu kaybı, yüksek ateş ile veya ateşsiz) olduklarına dair imzalı beyan talep etmektedir.

Herhangi bir tarama gerçekleştirilecekse, işçiler ile bu taramanın tek gerekçesinin onları muhtemel bulaşmadan korumak olduğuna dair açıkça iletişim kurun. Ayrıca işçileri verilerin nasıl yönetileceğine dair bilgilendirin. Veri koruma ve gizlilik kurallarına riayet edilmelidir.

İşveren ve İş Örgütleri (İİÖ'ler) semptom taraması/vücut sıcaklığı kontrolüne ilişkin ulusal hukuk ve rehberlik ekleme isteyebilir.

### Giriş ve çıkışları kaydetmek

İşletme tesislerine giriş sayısını asgari seviyeye indirin; genel olarak, işletme faaliyetlerine doğrudan katılmayan kişiler girmemelidir. Tüm ziyaretçileri (örneğin müşteriler ve tedarikçiler) işletme tesislerine girmeden önce işletmenin hijyen ve güvenlik politikaları hakkında bilgilendirin. Ziyaretçilerden bu tür politikaları kabul ettiklerine dair imza talep etmeyi değerlendirin.

Bazı ülkelerde işverenler, işçi, yüklenici ve ziyaretçilerin tesise tüm giriş ve çıkışlarını ve iletişim bilgilerini (adres, telefon numarası vb.) kaydetmektedir. Giriş ve çıkışları belgelemek, COVID-19 enfeksiyonu tespitini veya şüpheli bir enfeksiyon halinde temas takibini kolaylaştırabilmektedir. Mevcut insan kaynakları ve ziyaretçi kayıt sistemleri bu amaç için sıklıkla kullanılabilir. Elektronik sistemler tercih edilmelidir. Genellikle parmak izi kontrollü giriş sistemi mevcut ise, geçici olarak bireysel giriş kartları kullanılan bir sisteme geçmeyi değerlendirin. Kağıda dayalı sistemler, girişi saatini kaydetmek ve kayıt için birden fazla kişinin aynı yüzeye dokunması gibi, potansiyel tehlike yaratmaktadır. Elektronik bir sisteme geçmek mümkün değilse, işçiler ve ziyaretçilerin işletme kayıt defterini imzalamadan veya giriş saatini kullanmadan önce ellerini yıkadıklarından veya alkol bazlı dezenfektan kullandıklarından emin olun.

## GiriŖ/ıkıŖta yığılmadan kaınmak

GiriŖ ve ıkıŖlarda fiziksel mesafeyi korumayı destekleyin ve dağılma önlemleri kullanın. Yer iŖaretleri, Ŗeritler veya fiziksel engeller gibi yardımcıları kullanın.

Yığılmayı azaltmak iin mümkünse kademeli vardiyaları veya kademeli giriŖ ve ıkıŖ zamanlarını (bazı iŖilerin erkenden ve bazılarının ilerleyen saatlerde baŖlamasıyla) değerlendirin.

Mümkünse uygun olduğu hallerde eŖitli ekipler iin ayrı giriŖ ve ıkıŖ gzerghları planlayın.

Fiziksel korumayı kolaylaŖtırmak iin otopark planlarına (sayı, taŖıt ve bisikletlerin dağılımı) dikkat verin.

## Doğru hijyen alışkanlıklarını desteklemek

İŖilere iŖyerine geldiklerinde ellerini yıkamalarını hatırlatan posterler yerleŖtirin.

İŖilere tokalaŖmadan ve temas ieren diğer selamlaŖmalardan kaınmalarını hatırlatan posterler yerleŖtirin.

## 6. Dikkate alınması gereken eylemler: İşyerinin içinde

### Soyunma odaları

İşçiler arasında yeterli mesafeyi sağlamak için soyunma odalarında aynı anda mevcut kişi sayısını sınırlandırın. Gerekirse geçici ilave soyunma odaları sağlayın.

Soyunma odalarının düzenli ve tüm vardiya aralarında ve her iş gününün bitişi veya başlangıcında temizlenmesini sağlayın.

### Tuvaletler

İşçilere tuvaleti kullanmadan önce ve kullandıktan sonra ellerini yıkamalarını hatırlatın.

Fiziksel mesafeyi korumaya mümkün olduğunca, örneğin geçici ilave tuvaletler tesis ederek, tuvalet alanında aynı anda mevcut kişi sayısını sınırlandırarak ve kullanılabilir pisuar ve lavabolar arasında yeterli boşluk bırakarak riayet edin.

Mümkünse elleri yıkamak için sıvı sabun (kalıp sabun yerine) ve elleri kurulamak için kağıt havlu (kumaş havlu veya elektrikli el kurutma makinesi yerine) sağlayın.

Tuvaletlerin ve alanlarının düzenli ve tüm vardiya aralarında ve her iş gününün bitişinde temizlenmesini sağlayın.

### Kantin ve dinlenme alanları

İş sahalarındaki kantin / yiyecek-içecek tesislerini, aşağıdaki önlemler doğrultusunda yönetilebildikleri sürece işçilerin yemek molalarında iş sahasından ayrılmalarını önlemek için açık bırakın.

İşçilere kantine girmeden önce ellerini yıkamalarını hatırlatın ve kantin alanında el dezenfektanı istasyonu sağlamayı değerlendirin.

Kantinde aynı anda güvenli biçimde durabilecek azami kişi sayısını fiziksel mesafeyi koruma önlemlerine riayet ederek belirleyin.

Yığılmadan kaçınmak için kademeli yemek ve dinlenme molaları uygulayın. İşçileri, ekiplere/vardiyalara ayırdıysanız, farklı işçi ekiplerinin aynı mekanda aynı anda karışmalarından kaçının.

Kantin alanını fiziksel mesafeyi korumak için düzenleyin (yani masa ve sandalyeleri daha ayrı yerleştirin, mevcut sandalye sayısını azaltın).

Ortak yemek kaynaklarından (örneğin çorba, lapa) servis mevcudiyetini azaltın/ortadan kaldırın ve ortak ekipmanın (örneğin mikrodalga) kullanımını azaltın.

Yemek servisini önceden paketlenmiş "kendin al-git" seçeneği olarak değiştirmeyi değerlendirin.

Nakit paraya dokunmaktan kaçınmak için nakitsiz ödemeleri başlatın/teşvik edin.

Yemek alanlarını, özellikle de işletme tarafından sağlanan çatal-bıçak, tabak-çanak ve bardaklar gibi mutfak eşyaları söz konusu olduğunda temiz ve hijyenik tutun.

İşçilere mutfak eşyalarını (bardaklar, tabaklar, çatal-bıçak) veya yemekleri paylaşmamalarını hatırlatın.

Tüm içecek veya atırtırmalık otomatlarının tuşlarının düzenli temizlenmesine özel dikkat verin. İlgili alanlara el dezenfektanı veya temizlik bezleri yerleştirmeyi değerlendirin.

## İş, çalışma yerleri ve/veya üretim hatlarının örgütlenmesi

Mümkün olan görevler için uzaktan çalışmanın azami seviyeye çıkarılmasını destekleyin.

İşyerinde mevcut kişilerce fiziksel mesafeyi koruma kurallarına riayet edilmesi için işi düzenleyin.

Ofis bağlamında bu, daha ayrı yerleştirmek suretiyle çalışma yerleri arasında yeterli mesafe oluşturmayı içerebilmektedir. Bu mümkün değilse, çalışma yerlerini yeterli mesafeyi koruyacak şekilde yeniden düzenleyin, örneğin açık alanlardaki bazı masaları kullanmayın, bazı çalışma yerlerini ayrı boş odalara yerleştirin, çalışma yerlerini insanların yüz yüze yerine sırt sırta veya yan yana çalışacağı şekilde yerleştirin.

İşçiler arasında yeterli mesafeyi sağlamak mümkün değilse, ilk olarak çalışma yerlerini bölümlere ayırmak için plastik siper ve duvarlar gibi toplu koruyucu ekipman ve/veya kademeli çalışma saatleri veya molalar gibi örgütlenme önlemleri ve/veya mesafeyi azami seviyeye çıkarmak için görev sırasını uyarlamayı kullanın. Örneğin montaj faaliyetlerinde, montaj istasyonlarının fiziksel ayrımını uygulamanın zor olması halinde tek bir işçinin normalde iki kişi tarafından yerine getirilen daha fazla (birden fazla) montaj görevini tamamlamasını sağlamak mümkün olabilmektedir.

Ekip çalışması durumunda ekiplerin büyüklüğünü sınırlandırmayı değerlendirin, ekip üyeliklerini sabit tutun ve farklı ekiplerden işçiler arasında teması asgari seviyeye indirin (örneğin kademeli çalışma süresi ile veya çalışma yerini bölgelere bölerek ve belirli ekiplere yalnızca belirli bölgelerde kalma talimatı vererek).

Ekip üyelerinden biri hastalanırsa, tüm ekibi karantinaya almayı (yakın temas olarak değerlendiriliyorsa) ve ikame bir ekip kullanmayı değerlendirin. Ekip yapısı, belirli bir sürecin tüm kritik fonksiyonları kapsanacak biçimde veya yer bakımından, ekibin tüm üyeleri ofis/fabrikada aynı yerde çalışacak biçimde işlevsel hale getirilebilir.

Çalışma yerleri arasındaki güvenli mesafeyi gösteren yer işaretleri yapıştırın.

Toplu ve örgütsel önlemler yeterli fiziksel mesafeyi korumayı sağlamak için yeterli değilken bu tür durumlara yol açan görevlerin yerine getirilmesi gerekiyorsa, ulusal gerekler ve tavsiyelere uygun olarak ilave koruma (yüz maskeleri ve/veya diğer kişisel koruyucu ekipman) sağlayın.

## İş ekipmanı

İşçilere yalnızca kendi araçlarını veya işletme tarafından sağlananları kullanma talimatı verin. İş arkadaşları arasında iş araçlarının paylaşılması önlenmeli veya yasaklanmalıdır.

İş araçlarının düzenli olarak temizlenmesini sağlayın (özellikle de vardiya sonunda ve araç başka işçiler tarafından kullanılmadan önce).

## Temas kaydı

Temas kaydı oluşturmayı değerlendirin. En basit şekliyle bu, işçinin vardiya veya iş günü boyunca asgari mesafe kurallarına uyumadan 15 dakikadan uzun temas kurduğu tüm iş arkadaşlarının listesidir.

Her işçi bir temas kaydı tutmaktan ve bunu vardiya / iş günü sonunda ekip liderine geri vermekten sorumlu olmalıdır. Kayıt daha sonra fiziksel mesafeyi koruyarak yerine getirilemeyecek görevlerin listesini oluşturmak için kullanılabilir – bu görevler incelenebilir ve bu görevler için alternatif kontrol önlemleri tesis edilebilir.

## İç dolaşım

İç dolaşımı mümkün olduğunca sınırlandırın; işçilere bulunmaları gerekmeyen veya yapacak belirli bir görevlerinin olmadığı oda veya yerlere gitmeme talimatı verin.

İşçilere çalışma yeri boyunca hareket ederken fiziksel mesafeyi koruma kurallarına mümkün olan azami ölçüde riayet etmelerini hatırlatın.

İşçilere asansörleri kullanmaktan kaçınmayı hatırlatın. Bu mümkün değilse, aynı anda asansörü kullanan kişi sayısını sınırlandırın (örneğin küçük bir asansörde yalnızca bir kişiye izin verin). İşçilere mesafeyi koruma ve sırt sırta durma talimatı verin.

Çalışma yerlerinde mümkün olduğunca ayrı dolaşımlara imkân sağlayın. Güvenli yürüme yollarını mümkün olduğunca açık biçimde belirtmek için yer işaretleri veya şeritleri gibi araçlar kullanın.

İnsanların birbirini geçerken yeterli mesafeyi koruyamadığı dar merdivenlerde tek yönlü trafik veya öncelik kuralları uygulamaya başlamayı değerlendirin (örneğin, aşağı inenlere öncelik).

İnsanların sık veya yeterli mesafe olmadan karşılaştığı koridorlarda tek yönlü trafik uygulamaya başlamayı değerlendirin. Bu kuralları binanın hem içinde hem de dışında, örneğin otoparklarda, üretim hatlarına ve çalışma yerlerine ulaşmak, sosyal donatılara, kahve noktaları veya sigara içme odalarına ulaşmak için kullanın.

Dolaşımları fiziksel mesafeyi korumayı sağlayacak şekilde düzenlemek mümkün olmadığında, ulusal makamların gereklilikleri ve tavsiyeleri uyarınca ilave koruma (yüz maskeleri) sağlamayı değerlendirin.

## Toplantı ve seyahatler

Zorunlu olmayan toplantı, eğitim ve seyahatleri iptal edin.

Ulusal gereklilikler veya tavsiyeler tarafından belirlenen asgari kişi sayısından daha fazlasının mevcudiyetini gerektiren tüm toplantıları askıya alın.

Yüz yüze toplantılara alternatif olarak dijital araçlar ve dijital iletişim yolları kullanın.

Günlük açılış toplantıları veya iş güvenliği toplantıları herkesin çalışma yerlerinde kaldığı ve mesafesini koruduğu bir hoparlör sistemi yoluyla yapılabilir.

Yüz yüze toplantı gerekiyorsa mümkün olduğunca kısa tutun, katılımcı sayısını mümkün olan en aza indirin, fiziksel mesafeyi korumayı sağlamak için yeterli büyüklükte bir oda sağlayın (veya toplantıyı dışarıda yapın) ve odayı temiz ve iyice havalandırılmış tutun. Toplantı katılımcılarının listesini ve iletişim bilgilerini gerektiği takdirde temas takibini kolaylaştırmak için en az 14 gün boyunca saklamayı değerlendirin.

Her toplantı odası için toplantı odasında aynı anda güvenli biçimde durabilecek azami kişi sayısını belirtmeyi değerlendirin.

İşveren ve İş Örgütleri (İİÖ'ler) toplantılar ve seyahate ilişkin ulusal rehberlik eklemek isteyebilir.

## 7. Dikkate alınması gereken eylemler: İşyerinden ayrılırken

İşçilere işyerinden çıkmadan önce ellerini yıkamaları talimatını verin.

Yığılmadan kaçınmak için çıkış zamanlarını mümkün olduğunca yayın.

İşletme tarafından düzenlenen ulaşım durumunda taşıtın taşımadan önce düzgün biçimde temizlendiğinden emin olun (ayrıca bkz. 4. konudaki tavsiyeler).

İşçilere eve varınca ellerini yıkamalarını hatırlatın.

## 8. Tedarikçiler ve müşteriler ile ilişkileri yürütmek

### Tedarikçiler ve teslimat

Malların kabulü için COVID-19 ile ilişkili muhtemel riskleri dikkate almak ve tedarikçiler ve işçiler arasındaki temas olasılıklarını azaltmak amacıyla güvenlik protokolleri (yükleme, boşaltma) incelenerek özel bir prosedür oluşturulmalıdır.

Teslimat kabul işlemleri için görevlendirilen işçi sayısını sınırlandırın. Bu işçiler, ilgili prosedürler hakkında eğitilmelidir.

Yükleme ve boşaltmanın tamamen tedarikçi veya tamamen alıcı tarafından yapılıp yapılamayacağını değerlendirin. Her durumda güvenli mesafeler korunmalı ve el yıkama talep edilmelidir.

Mümkünse aynı anda çok fazla dışarıdan gelen kişinin bulunmasından kaçınmak için teslimatı kademeli şekilde planlayın.

COVID-19 virüsü plastik ve paslanmaz çelik üzerinde 72 saate kadar, karton üzerinde 24 saatten az ve bakır üzerinde 4 saatten az hayatta kalabilmektedir<sup>3</sup>. Mümkünse teslimatı depolara veya üretim süreçlerine girmeden önce teslimat alanlarında dezenfekte etmeyi değerlendirin (bununla birlikte COVID-19'un ağırlıklı olarak insandan insana yayıldığını unutmayın).

Tedarikçilerin işletme tesislerine girişini sınırlandırmak amacıyla mümkünse tedarikçilerin kullanımı için ayrı mobil tuvaletler yerleştirmeyi değerlendirin.

Posta ve paketlerin temassız konulabileceği bir yer sağlayın.

Ödemeleri mümkünse elektronik olarak yapın ve nakit kullanımından kaçının. Ayrıca, ödeme noktalarının düzenli olarak temizlenmesini sağlayın.



## Müşteriler

Halka yüz yüze hizmetler sağlayan işletmeler (örneğin ticaret ve hizmet sektörlerindeki işletmeler) için faaliyetleri yeniden başlatmak, işçileri koruyan önlemlere ek olarak müşterilerinin güvenliğini de dikkate almaları gerektiği için özellikle karmaşık olabilmektedir. Bu tür durumlarda değerlendirilmesi gereken ilave önlemler arasında şunlar yer almaktadır:

- Faaliyetinizin işleyişine ilişkin tüm resmi gereklilikleri, tavsiyeleri ve sınırlamaları sık sık kontrol edin ve uygulayın.
- Herhangi bir semptomu olan müşterilerin tesislere girmemelerini talep eden işaretler asın.
- Hem personele hem de müşterilere güvenlik önlemlerini, özellikle de mümkün olduğunda diğer kişilerden güvenli bir mesafede kalmayı ve doğru hijyen alışkanlıklarına uymayı hatırlatan işaretler asın.
- Personeli ve müşterileri korumak ve yığılmayı sınırlandırmak için belirli bir zamanda tesislerinizin içinde aynı anda kalabilecek azami kişi sayısını belirleyin. Bunu nasıl yapacağınıza ilişkin resmi rehberliklere uyun ve yerel sağlık makamlarına danışın.
- Tesislerinize girişleri yönetin, belirli bir zamanda yalnızca sınırlı sayıda kişiye izin verin. Bu kontrolü yapmak için bir personeli görevlendirin. Azami kapasiteye ulaşıldığı zaman, yeni müşterilerin yalnızca tesisin içindekiler çıktıkça peyderpey girmesine izin verilmelidir.
- Müşteriler işletme tesislerinin dışında giriş sırası için beklerken fiziksel mesafeyi koruma kurallarına riayet edildiğinden emin olun. Uygun mesafeleri belirtmek için yer işaretleri veya diğer yardımcıları kullanmayı değerlendirin.
- Tesislerinizin içindeki dolaşımı yönetin. Karşılıklı (çift-yönlü) akışlardan kaçınmak, insanların yalnızca tek yönde dolaşımını sağlamak için her çaba gösterilmelidir. Yürüme yollarını belirtmek için yer işaretleri kullanılabilir.
- Giriş/çıkışta yeterli miktarda alkol bazlı dezenfektan sağlayın, müşterilere tesislere girerken ve çıkarken kullanmalarını bildirin.
- Müşterilerden yalnızca satın almayı düşündükleri nesnelere dokunmalarını talep edin.
- Uygulanabilir ise, dahil olan tüm taraflar için enfeksiyon riskini daha da azaltmak amacıyla tüm düzenli etkileşim noktalarına (örneğin karşılama alanları, kasa alanları) pleksi engeller yerleştirin. Engelleri düzenli olarak temizleyin.
- Müşteriler ve işçilerden ulusal makamların tavsiyelerini dikkate alarak yüz maskesi takmalarını talep etmeyi değerlendirin.
- Yüz yüze süreyi sınırlandırmak için siparişleri önceden çevrimiçi veya telefon ile almayı ve önceden paketlemeyi değerlendirin.
- Mümkünse evlere servisi değerlendirin.
- Uygulanabilir ise müşterilerin tesislere yalnızca randevu ile girmesine izin vermeyi değerlendirin.

## 9. Kırılgan işçiler

COVID-19 yeni bir hastalıktır ve ağır hastalıklar için risk faktörlerine ilişkin sınırlı bilgi mevcuttur. Mevcut bilgilere dayanarak yaşlı yetişkinler ve başka ciddi sağlık durumları olan her yaşta kişiler, COVID-19 kaynaklı ağır hastalık için daha yüksek risk altında olabilmektedir.<sup>4</sup>

İşçilere, COVID-19'a karşı daha kırılgan olabilecek bu grupta iseler, doktorlarına danışmaları gerektiğini bildirin. Doktorlar durumu değerlendirebilmekte ve önleyici "iş göremezlik" dâhil belirli önleyici faaliyet tavsiyelerinde bulunabilmektedir.

Koruyucu önlemlerin arasında uzaktan çalışma veya işçileri daha az COVID-19'a yakalanma riski teşkil eden görevlere atamak da yer almaktadır.

Doktorlar evde de artırılmış koruyucu önlemleri tavsiye edebilmektedir.

İşçilerin sağlık durumlarına ilişkin tüm ayrıntılar gizli tutulmalıdır.

## 10. COVID-19 küresel salgını döneminde işçilerin ruhsal iyilik halini korumak

### Küresel salgının işçilerin esenliğine etkisi

Koronavirüs küresel salgını önemli derecede korku, endişe ve kaygıya neden olabilmektedir. Artan stres ve kaygıya sebep olabilecek, aşağıdakileri içeren bazı faktörler vardır:

- Koronavirüsün sağlık risklerinin özellikle de "kırılgan grupta" olduğu belirlenen veya "kırılgan grupta" olduğu belirlenen biriyle yaşayanlar için yarattığı kaygı.
- Özellikle evde çalışan kişilerin durumunda tecrit.
- Sürekli bilgiye boğulmak.
- Belirsizlik: Krizin ne kadar süreceğini bilmemek, işi veya geliri kaybetme korkusu, vb.
- Yalnızca geçici bir süre için bile olsa işini kaybetmek.
- Okulların kapanmasının çalışan ebeveynler ve bakıcılara yüklediği artan baskı.
- Yüksek sayıda işe devamsızlık nedeniyle işçilere yüklenen artan iş yükü talepleri ve/veya – özellikle kritik sektörlerde – artan talep; ve
- Üzüntü ve kayıp (ölüm nedeniyle) ile başa çıkmak zorunda kalmak.

İşçilere küresel salgın ile ilişkili stres ve kaygıyı azaltmada yardımcı olmak için şunları değerlendirin:

- İşçiler ile açık, düzenli ve doğru bir iletişim kurmak, ana soruları yanıtlamak için gerektiği kadar bilgiyi spekülasyonu körüklemekten kaçınmak.
- İşçilere işletmenin küresel salgınla mücadeleye mümkün olduğunca hazır olmaya ilişkin neler yaptığını dair güvence vermek.
- İşçilerin desteğe ihtiyaç olması veya bunalmış hissetmeleri durumunda kiminle iletişime geçeceklerini bildiğinden emin olmak.

4 65 yaşta büyük kişiler, kronik solunum hastalıklarına sahip kişiler, kalp-damar hastalıkları, şeker hastaları, süren kanser tedavileri, bağırsıklığı baskı altında olan kişiler (örneğin HIV taşıyan) dahil.

- Haberlere, basına ve sosyal medyaya sürekli maruz kalmak kaygı, stres veya paniği tetikleyebileceği veya yükseltebileceği için işçileri medya kullanımını sınırlandırmaya teşvik etmek. Ulusal sağlık kurumu veya WHO gibi sadece birkaç resmi kaynağı takip ederek haberdar olmak daha iyidir.
- Merhametli bir liderlik kültürü oluşturmak: Bölüm müdürlerini ekipleri ile nasıl olduklarını kontrol etmek ve sıkıntı işaretlerini fark etmek amacıyla sohbet etmek için gerekli beceri ve araçlar ile donatmak.
- İşçilere, varsa, Çalışan Yardım Programı'nın ayrıntılarını hatırlatmak. Ruhsal iyilik hali veya finans gibi konularda kilit bir kaynak olabilmektedirler.
- Mevcut bir Çalışan Yardım Programı yoksa bile, işçilere ruhsal iyilik haline ilişkin örneğin WHO, ruhsal iyilik hali kuruluşları veya ulusal sağlık organları gibi bilgi ve tavsiye kaynaklarını göstermek.

## Destekleri işçilerin ihtiyaçlarına uyarlamak

Stresli durumlara herkes farklı biçimde tepki vermektedir. İşçilerin küresel salgın sırasında sahip oldukları kaygıların kişiden kişiye değişmesi muhtemeldir. Bu nedenle, işçilerin ruhsal iyilik halini desteklemede ilk adım, nasıl hissettiklerini ve esenliklerini etkileyen faktörlerin gerçekten ne olduğunu anlamaktır. Bir çalışan araştırması yapmayı veya bu iyilik hali sorunlarını çeşitli çalışan grupları ile tartışmayı değerlendirin. Bu tür bir bilgi sahibi olmak, daha hedefe yönelik bir destek geliştirmeye yardımcı olacaktır.

Ruhsal iyilik hali desteği hazırlarken uygun görüldüğü şekilde üç geniş işçi grubunu değerlendirin: Uzaktan çalışan işçiler, geçici olarak işten çıkarılmış işçiler ve iş sahasında çalışmaya devam eden veya dönen işçiler.

## Uzaktan çalışanları desteklemek

Çoğu işçi, ilk kez iş arkadaşları ve arkadaşlarından izole, tam zamanlı uzaktan çalışmaktadır. Günlük yaşam rutinleri bozulabilmekte ve bu durum ilave kaygı ve strese neden olabilmektedir. Bu nedenle işçileri bu duruma uyum sağlamada desteklemek önemlidir.

İşçilere uzaktan çalışma döneminde kendi ruhsal iyilik hallerini nasıl destekleyebileceklerine ilişkin tavsiye verin. Örneğin işçilere şunları tavsiye edin: Düzenli bir çalışma programı yapın, çalışmak için belirli bir alan hazırlayın ve düzenli molalar verin, makul olmayan saatler boyunca çalışmaktan kaçınmak için işe sınır belirleyin, neşe veren ve mevcut zorluklardan uzaklaştıran faaliyetlerde bulunun, izolasyon ve yalnızlık hislerini önlemek için arkadaşlar ve aile ile çevrimiçi iletişim araçları yoluyla bağlı kalın.

Uzaktan çalışanları şunlar ile desteklemeyi de değerlendirin:

- Empati ve mevcudiyet göstermek: Yöneticiler işçilerin muhtemelen bunalmış ve endişeli olduklarını anlamalıdır. İşçileri dinlemeye, soruları yanıtlamaya ve onlara iş ve ortaya çıkabilecek diğer sorunlara ilişkin güvence vermeye hazır olmalıdır.
- Dijital iletişim araçlarını kullanarak irtibatı teşvik etmek: Düzenli kontroller ve ekiplerin birbiri ile irtibat kurmasına imkân vermek için sanal toplantılar kullanılabilir.
- İşçileri "biraz dinlenmeye" teşvik etmek: Evden çalışma 'her an hazır' kültürüne yol açabilmektedir, bu nedenle yöneticiler örneğin insanların çalışmadığı zamanlarda mesaj göndermekten sakınarak örnek olmalı ve işçileri de mesai dışındaki saatlerde dinlenmeye teşvik etmelidir.

Bakım sorumlulukları olan uzaktan çalışanların ihtiyaçlarına özellikle dikkat edin çünkü okul ve yuvaların kapalı olduğu zamanda bakım sorumlulukları ile iş zorlu olabilmektedir. İşçiler ile performans hedefleri düzenlemesi, daha esnek çalışma süresi düzenlemeleri, çalışma süresinin azaltılması veya izin gibi çeşitli seçenekleri tartışın ve değerlendirin.

## Geici olarak iŖten ıkarılan iŖileri desteklemek

Bu tür düzenlemelerden etkilenen kiŖiler farklı Ŗekillerde tepki verebilmektedir. Bazıları iŖe ara vermeyi hoŖ karŖılayabilmektedir ancak oğu iin geleceğe iliŖkin belirsizlik, ama duygusunu kaybetme veya kmsenme hissi gibi duyguların yükselmesiyle zor bir zaman olacaktır.

Geici iŖten ıkarma programlarına yerleŖtirilen iŖilere ne istediklerini ve neye ihtiya duyduklarını sormayı değerlendirin. Farklı iŖiler nasıl, ne sıklıkla ve kimin tarafından güncel tutulmak istediklerine dair farklı tercih-lere sahip olabilmektedir. oğu kiŖi iin iŖleri, kimliklerinin önemli bir kısmını oluŖturmaktadır. İŖileri bir araya getirmek iin evrimii oturumlar düzenlemek, geici olarak iŖten ıkarılanlara kuruluŖa bağlı kalma ve iŖ arka- daŖları ile bağlantıyı koparmamada yardımcı olabilmektedir.

İŖilere bu dönemde geliŖmeye devam edebilmeleri iin gönüllülük veya evrimii eğitimler gibi alternatif faa- liyetler önermeyi değerlendirin.

## İŖletme tesislerinde alıŖmaya devam eden veya iŖ sahasına geri dönen iŖiler

İŖ sahasında alıŖmaya devam eden veya iŖletme tesislerine dönen iŖilerin güvende ve desteklenmiŖ hisset-melerini sağlamak özellikle önemlidir. Bu nedenle güvenlik ve hijyen önlemlerine iliŖkin iletiŖim son derece önemlidir.

Ayrıca, iŖinin iinde bulunabileceği özel koŖulların (bakım hizmetlerinden sorumlu olmak gibi) farkında olun ve onlara yardımcı olabilecek esnek programlar, alıŖma sresinde azaltmalar gibi muhtemel tüm uyarlamaları tartıŖın.

## 11. İşçi işyerinde COVID-19 semptomları gösterirse ne yapmalı?

Ulusal ve yerel sağlık makamları tarafından oluşturulan rehberliği veya prosedürleri kontrol edin ve uyun. Bir işçi işyerinde semptom gösterirse (ateş, öksürük, nefes darlığı) ne yapılması gerektiğine ilişkin plan oluşturun. İşçileri, ilgili adım ve prosedürler hakkında bilgilendirin. Şunları değerlendirin:

- Etkilenen işçiyi, tercihen kapalı bir kapının ardındaki ayrı bir odada tecrit edin. Mümkünse havalandırma için cam açın. Etkilenen işçi için cerrahi maske sağlayın.
- Acil bir durum ise (işçi nefes darlığı gibi ağır semptomlara sahipse) hemen acil sağlık hizmetlerini arayın. Diğer durumlarda görevlendirilen halk sağlığı yardım hattını arayın. Verilen talimatı uygulayın.
- Enfekte işçi ile teması kesinlikle gerekli olan ile sınırlayın. Etkilenen işçiye yardım sağlayan tüm kişiler maske, gözlük ve eldiven takmalıdır.
- Etkilenen işçi tarafından kullanılan alanları halk sağlığı makamlarının rehberliği doğrultusunda temizleyin.
- Etkilenen işçinin iş arkadaşları arasında yakın temaslarını (semptom başlangıcından önceki 2 güne kadar), maruz kalmış olarak değerlendirilebilecek diğer işçileri belirlemek için, tespit edin. Sağlık makamlarının diğer talimatına uyun. Tüm epidemiyolojik soruşturmalarda onlarla iş birliği yapın.

İşveren ve İş Örgütleri (İİÖ'ler) ulusal rehberlik ve prosedürler eklemek isteyebilir.

## Referanslar ve kaynaklar

---

Behavioural Insights Team, 2020, **Bright infographics & minimal text make handwashing posters most effective - result from an online experiment.**

BetterWork Indonesia, 2020, **Compilation of Guidelines on Covid-19 Transmission, Prevention and Management and the Best Practices in the Workplace.**

Center for Workplace Mental Health, 2020, **Working Remotely During COVID-19.**

Centers for Disease Control and Prevention, 2020, **Coronavirüs disease 2019 - People Who Are at Higher Risk for Severe Illness.**

Chilean Chamber of Construction, 2020, **Protocol of preventive actions for construction works, Version 2.0 updated to 04.20.2020. (in Spanish)**

Confederation of British Industry, 2020, **Factsheet: mental health and wellbeing in a crisis.**

Conseil superieur pour la prevention et la protection au travail en Belgique, 2020, **Guide generique pour lutter contre la propagation du COVID-19 au travail (in French and Dutch).**

Federation of European Heating, Ventilation, and Air Conditioning Associations, 2020, **REHVA COVID-19 guidance document, April 3, 2020.**

FEDIL - The Voice of Luxembourg's Industry, 2020, **Guide de bonnes pratiques destine a accompagner les entreprises du secteur manufacturier poursuivant ou redemarrant leurs activites (in French).**

Guatemala Chamber of Agriculture, 2020, **Application of Protocols of the Agricultural Sector for the prevention of contagion COVID19 in the workplace (in Spanish).**

Guayaquil Chamber of Commerce, 2020, **COVID-19 Prevention Protocol in commercial companies or services (in Spanish).**

Ibec, 2020, **COVID-19 hub.**

ILO, 2020, **Prevention and Mitigation of COVID-19 at Work - Action Checklist**

ManufacturingNZ, 2020, **Covid-19 Safe Work Protocols for the manufacturing industries, 19 April.**

McKinsey & Company, 2020. **Europe needs to prepare now to get back to work—safely.**

UK government, 2020, **Social distancing in the workplace during coronavirüs (COVID-19): sector guidance.**

**Union Industrial Argentina, 2020, Protocolo de actuacion. Prevencion y control de coronavirüs (COVID-19) (in Spanish).**

**WHO, 2020, Advice on the use of masks in the context of COVID-19: interim guidance, 6 April 2020.**

----, **2020, Interim recommendations on obligatory hand hygiene against transmission of COVID-19.**

----, **2020. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak**

**International Labour Office**  
**ILO Bureau for Employers' Activities (ACT/EMP)**

Route des Morillons, 4  
Geneva 22, Switzerland, CH-1211  
[actemp@ilo.org](mailto:actemp@ilo.org)  
[ilo.org/actemp](http://ilo.org/actemp)