



# Vejledning om Corona virus og smittebegrænsning på arbejdspladser

## INDHOLD

Side 2	<b>Sådan forebygger I smitte</b> Bliv hjemme ved sygdomssymptomer Hold afstand Begræns samkørsel Hold personer/teams sammen Undgå unødige berøring Arbejd hjemmefra Gør rent og desinficer Personlig hygiejne Velfærdsforanstaltninger/lokaler Værnemidler Sundhedsstyrelsens råd om smitteforebyggelse (plakat)
Side 5	<b>Andre forhold</b> Instruer medarbejderne og før tilsyn Andre aktører/samarbejdspartnere Arbejdsgivere, der stiller bolig til rådighed
Side 6	<b>Få mere at vide</b>
Side 7	<b>English version</b>



**3F og GLS-A har udarbejdet denne vejledning til virksomheder inden for de grønne brancher: Landbrug, skovbrug og gartneri. Vejledningen giver anvisninger på, hvordan virksomheder og medarbejdere kan forholde sig vedr. fastsættelse af retningslinjer for begrænsning af coronasmitte (COVID-19).**

# Sådan forebygger I smitte



I det følgende beskrives en række forholdsregler mod COVID-19, som er rettet mod virksomheder i de grønne brancher: Landbrug, skovbrug og gartneri. Tilpas retningslinjerne til jeres virksomhed og opgaver, så det bliver helt konkret. Udpeg gerne en ansvarlig for dette og involverer jeres arbejdsmiljøorganisation.

## Bliv hjemme ved sygdomssymptomer

Generelt skal sundhedsmyndighedernes anbefalinger følges: Bliv hjemme, hvis du er syg eller har symptomer på COVID-19 og indtil 48 timer efter symptomerne ophører.

De typiske symptomer ved begyndende og mild sygdom ligner almindelige symptomer på influenza og anden øvre luftvejsinfektion med ondt i halsen, sygdomsfølelse, muskelsmerter, evt. tør hoste og feber.

Tilhører du en særlig risikogruppe med kroniske sygdomme i moderat eller svær grad, så tal med egen læge, om du skal blive hjemme.

## Hold afstand

Der bør holdes en afstand til andre personer på mindst 1 meter. Hold dog mindst 2 meters afstand i situationer, hvor der kan være øget risiko for dråbesmitte, eller hvor et forsigtighedsprincip tilsiger et særligt hensyn, som fx ved fysisk anstrengelse, ophold i lukkede rum med begrænset bevægelsesfrihed, dårlig udluftning m.v. Dette gælder både indendørs og udendørs.

Hold ligeledes afstand mellem de forskellige teams/ arbejdsgrupper.

Forskyd mødetid, pauser og afgang fra arbejdspladsen. På den måde kan I minimere antallet af personer, der er sammen, og give mulighed for den nødvendige afstand.

Sørg for gode adgangsveje- og forhold, så man undgår at gå for tæt på hinanden. Adgangsveje kan evt. ensrettes.

Fasthold de aftaler I indgår, fx i arbejdsmiljøorganisationen, og sørg for at informere alle om det. Også på sprog, der kan forstås af udenlandsk arbejdskraft. Kommuniker via telefon eller videomøder, hvor det er muligt.

Hvis der skal holdes fysiske møder, kan det enten ske udendørs eller i et tilstrækkeligt stort lokale. Hold møderne så korte som muligt. Sørg for ordentlig afstand på mindst 1 meter og hold mindst 2 meters afstand, hvor der er særlige hensyn.

Husk god håndhygiejne og rengøring både før og efter mødet. Husk ingen håndtryk.

## Begræns samkørsel

Find transportmåder, hvor der kan holdes den nødvendige afstand. Hvis samkørsel er nødvendig, så overhold hygiejne- og rengøringsrådene

## Hold personer/teams sammen

Forsøg så vidt muligt at holde de samme personer/ teams sammen for at mindske risikoen for spredning af smitte.

## Undgå unødigt berøring

Begræns deling af arbejdsredskaber m.m. Er det ikke muligt, skal redskabernes kontaktpunkter rengøres mellem brug af 2 kollegaer.

Hyppig rengøring af kontaktpunkter er særligt vigtigt. Rengøring med vand og sæbe kan løsne og fjerne snavs og mikroorganismer fra overflader, og dermed nedsætte risikoen for kontaktsmitte. Almindelig rengøring er i de fleste tilfælde tilstrækkelig, men kan suppleres med efterfølgende desinfektion ud fra et forsigtighedsprincip. Klude vaskes ved 80 °C eller kasseres efter brug. Alternativt kan anvendes vådservietter med desinficerende effekt.

## Arbejd hjemmefra

Ansatte, som kan klare deres arbejde hjemmefra, bør gøre det i størst muligt omfang.

## Gør rent og desinficer

Daglig udluftning af lokaler og rengøring af spiserum, toiletter, omklædning, badefaciliteter, dørhåndtag, kontakter og andre typiske kontaktpunkter skal opprioriteres. Rengøring skal ske ved aftørring med almindeligt rengøringsmiddel eller afspritning. Sæt evt. en seddel på døren med rengøringstidspunktet.

Der bør ligeledes ske hyppig aftørring med almindeligt rengøringsmiddel eller afspritning af maskiner, håndværktøj, it-udstyr m.m., når flere personer anvender de samme maskiner og værktøj. (Overflader, som berøres af hænder fx rat, håndtag, tastatur mv.)

## Personlig hygiejne

Der skal være adgang til håndvask med sæbe og/eller håndsprit på arbejdsstedet. Alle bør ofte vaske hænder eller bruge håndsprit. Mindst i forbindelse med pauser, toiletbesøg, spisning, rygning mv.



# Sådan forebygger I smitte



## Generelt:

- Vask eller sprit hænder som det første du gør, når du møder på arbejdspladsen.
- Tør hænderne med papir eller lad hænderne lufttørre.
- Ophæng information om korrekt vask af hænder (se fødevarerstyrelsens hjemmeside).
- Host eller nys altid i ærmet eller engangslømmetørklæde.

## Velfærdsforanstaltninger/lokaler

### Omkædningsrum

Omkædning bør foregå, så afstanden holdes på mindst 1 meters afstand. Dette gælder både indendørs og udendørs. Hold dog mindst 2 meters afstand i situationer, hvor et forsigtighedsprincip tilsiger et særligt hensyn, som fx ved ophold i lukkede rum med begrænset bevægelsesfrihed, dårlig udluftning m.v.

Hold ligeledes afstand mellem de forskellige teams/ arbejdsgrupper.

### Toiletter

Opdel toiletfaciliteter til virksomhedens egne medarbejdere og til eksterne (kunder, samarbejdspartnere, leverandører mv.) Udvid eventuelt antallet af toiletter ved at bruge festivaltoiletter.

### Frokostrum/kantiner

Sørg for, at der er mulighed for god afstand mellem medarbejderne, evt. ved at lave pauser på skift, eller arbejde forskudt.

### Særligt om pauser/frokost

Hold pauser og spis frokost i små hold, som består af de personer, som i forvejen arbejder sammen. Meget gerne i det fri, hvis det er muligt. Husk at vask hænder og/eller afsprit dem både før og efter pauser. Maden bør portionsanrettes. Ved buffetservering m.v. skal der være særligt fokus på rengøring af kontaktoverflader.

### Arbejdsrum, fællesarealer, kontorfaciliteter mv.

Lav afmærkninger, der tydeligt viser grænsen mellem interne og eksterne personer (afstand).

### Værnemidler

Brugte filtrerende engangs-åndedrætsværn skal kasseres på en måde, hvor andre ikke kan komme i berøring med dem. Det kan bl.a. gøres ved, at de bliver lagt i en plastikpose, som efterfølgende lukkes og smides ud. Engangshandsker smides også ud straks efter brug.

Værnemidler, der må genbruges, skal rengøres og desinficeres både efter brug og før de bruges af andre.

Fx hjelm, briller, høreværn.

### Desinficerende rengøring kan ske ved brug af:

- Almindelige rengøringsmidler
- Andre desinfektionsmidler som fx afsprøjtningssmidler (70-85% sprit)

## Plakat

På næste side finder du plakaten med Sundhedsstyrelsens råd om smitteforebyggelse.

Ophæng plakaten på synlige steder, hvor personer færdes, som en generel oplysning om smitteforebyggelse.

Plakaten er udarbejdet på 7 forskellige sprog, som kan downloades her [www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Forebyg-smitte-mod-coronasmitte](http://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Forebyg-smitte-mod-coronasmitte)



# Ny coronavirus

## Beskyt dig selv og andre

Ny coronavirus spreder sig typisk på steder med mange mennesker bl.a. via håndtryk og små dråber fra hoste og nys.  
Beskyt dig selv og andre med disse gode råd.



Vask dine hænder tit  
eller brug håndsprit



Host eller nys i dit ærme  
– ikke dine hænder



Undgå håndtryk, kindkys  
og kram – begræns den  
fysiske kontakt



Vær opmærksom på  
rengøring – både hjemme  
og på arbejdspladsen



Hold afstand  
- bed andre tage hensyn

# Andre forhold



## Instruer medarbejderne og før tilsyn

Instruer medarbejderne i, hvordan de skal arbejde og samtidig begrænse risikoen for at smitte og blive smittet. Indskærp vigtigheden af at overholde retningslinjerne og gentag det om nødvendigt. Husk at sikre, at også udenlandske medarbejdere har forstået retningslinjerne.

Før tilsyn med at retningslinjerne overholdes.

## Andre aktører/samarbejdspartnere

Sørg for at leverandører, servicevirksomheder og andre, som har deres gang på arbejdspladsen, informeres om aftalte retningslinjer for at undgå smittespredning.

### Leverandører, som afleverer materialer på virksomheden

Chauffører bør så vidt muligt kun opholde sig i og omkring køretøjet, og der bør holdes en afstand til andre personer på mindst 1 meters afstand dog mindst 2 meters afstand i situationer, hvor der kan være øget risiko for dråbesmitte, eller hvor der er særlige hensyn.

### Den generelle anbefaling er:

At chauffører – i det omfang det er muligt og efter aftale – sætter materialer af uden for virksomheden, og at de, der arbejder på virksomheden, sørger for den videre (interne) transport. Det skal i den forbindelse sikres, at de nødvendige tekniske hjælpemidler er til rådighed og anvendes.

Når der skal kvitteres for levering af materialer, skal der sikres en proces, hvor smitte ikke udgør en risiko, fx kan der anvendes billede- eller videodokumentation.

## Arbejdsgivere, der stiller bolig til rådighed for medarbejdere

Sæsonansatte, der deler samme bolig, forestår selv rengøring af boligen og informeres om de generelle sundhedsråd for rengøring, som er udarbejdet af sundhedsmyndighederne for at undgå smittespredning. Anbefalinger for hygiejne og rengøring i hjemmet: [www.sst.dk/da/corona/FAQ](http://www.sst.dk/da/corona/FAQ)

Vær særlig opmærksom på at informere udenlandske medarbejdere. Arbejdsgivere opfordres til at sørge for at informere om sundhedsmyndighedernes generelle vejledninger til udenlandske medarbejdere allerede inden de ankommer til Danmark. Vejledningerne findes på engelsk på [www.coronasmitte.dk](http://www.coronasmitte.dk). Eventuelt udleveres vejledning ved ankomst til arbejdspladsen sammen med information om konkrete retningslinjer/aftale for smittebegrænsning på virksomheden (se side 7 for engelsk version).



# Få mere at vide



## **Pjece til medarbejdere på virksomheder:**

[www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/PJECER/Arbejdspladsen/Gode-rod-til-arbejdspladsen-Digital](http://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/PJECER/Arbejdspladsen/Gode-rod-til-arbejdspladsen-Digital)

## **Anbefaling til arbejdsgiver:**

[www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Informationsmateriale/SST-Covid-19-Gode-raad-arbejdsgivere](http://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Informationsmateriale/SST-Covid-19-Gode-raad-arbejdsgivere)

[www.coronasmitte.dk](http://www.coronasmitte.dk)

(anbefalinger og vejledning findes på engelsk)

[www.coronadenmark.dk](http://www.coronadenmark.dk)

[www.sst.dk](http://www.sst.dk)

[www.at.dk](http://www.at.dk)

[www.baujordtilbord.dk](http://www.baujordtilbord.dk)

[www.3f.dk](http://www.3f.dk)

[www.gls-a.dk](http://www.gls-a.dk)



# English version



## The Danish Health Authority's general advice with regards to limiting the spread of infection and protecting risk groups are:

- Wash your hands frequently or use hand sanitiser
- Cough or sneeze into your sleeve
- Limit physical contact
- Be diligent with cleaning at home, including airing out
- Elderly and those with chronic disease – keep your distance and ask others to be considerate

Follow this advice and integrate it into everything that you do.

If you follow the authorities' advice, you can help prevent the spread of infection and protect yourself and others from becoming infected.

## Pay attention to developing symptoms. The typical symptoms of beginning and mild illness resemble common symptoms of the flu and other upper respiratory infections:

- Sore throat
- General malaise
- Muscle aches and pains
- Dry cough and fever

Some may also experience headache, nausea, diarrhoea and possibly other symptoms. These mild symptoms of COVID-19 cannot be distinguished from a cold or the flu, which are caused by other viruses.

If you are sick and have symptoms, stay home and read more about what to do in the section "I've become ill – what should I do?" on [www.coronasmitte.dk](http://www.coronasmitte.dk) and

Contact your employer as soon as possible.