

COVID-19: LURA LEJN IL-POST TAX-XOGĦOL L-adattament tal-postijiet tax-xogħol u l-protezzjoni tal- ħaddiema



© L-Unjoni Ewropea, 2020

Werrej

L-isfond u l-kamp ta' applikazzjoni tal-linji gwida.....	2
Introduzzjoni	2
Aġġorna l-valutazzjoni tar-riskju tiegħek u hu miżuri xierqa	3
L-involviment tal-ħaddiema.....	6
Ħu f'isieb il-ħaddiema li kienu morda	7
Ippjana u tgħallim għall-futur	7
Żomm ruħek infurmat tajjeb.....	7
Is-setturi u l-impjegji.....	8
Gwida speċifika għas-settur relatata mal-COVID-19.....	8

L-isfond u l-kamp ta' applikazzjoni tal-linji gwida

Dawn il-linji gwida mhux vinkolanti għandhom l-għan li jgħinu lill-impjegaturi u lill-ħaddiema biex jibqgħu sikuri u b'saħħithom f'ambjent tax-xogħol li nbidel b'mod sinifikanti minħabba l-pandemija tal-COVID-19. Huma jagħtu pariri dwar:

Valutazzjoni tar-riskju u miżuri xierqa

- it-tnaqqis tal-esponiment għall-COVID-19
- it-tkompli tax-xogħol wara perjodu ta' għeluq
- l-indirizzar ta' rata għolja ta' assenza
- il-ġestjoni tal-ħaddiema li jkun qegħdin jaħdmu mid-dar

L-involvement tal-ħaddiema

L-għoti ta' kura lill-ħaddiema li kienu morda

L-ippjanar u t-tagħlim għall-futur

Inzommu ruħna infurmati tajjeb

Informazzjoni għas-setturi u l-impjegati

Il-linji gwida jinkludu eżempji ta' miżuri ġenerali, li skont is-sitwazzjoni partikolari tax-xogħol, jistgħu jgħinu lill-impjegaturi jiksbu ambjent tax-xogħol sikur u b'saħħtu meta jerġgħu jibdedw l-attivitajiet.

Dan id-dokument jipprovi links għal informazzjoni rilevanti mill-EU-OSHA u jinkludi lista ta' riżorsi minn diversi fornituri li fl-aħħar mill-aħħar jimmiraw industrij u impjegati differenti. Jekk jogħġbok innota li l-informazzjoni f'din il-gwida ma tkoprix l-ambjent tal-kura tas-saħħa, li għalih hemm disponibbli pariri speċifiċi (eż. mill-[ECDC](#), mid-[WHO](#), mis-[CDC](#)).

Għal kwalunkwe mistoqsija speċifika jew tħassib speċifiku mhux indirizzati f'dan id-dokument, irreferi għal informazzjoni mill-awtoritajiet lokali, bħalma huma s-servizz tas-saħħa jew l-ispettorat tax-xogħol.

Introduzzjoni

Wara l-pandemija l-ġdida tal-marda tal-coronavirus 2019 (COVID-2019), il-biċċa l-kbira tal-Istati Membri tal-Unjoni Ewropea (UE) daħlu fis-seħh għadd ta' miżuri, fosthom dawk li jaffettwaw il-postijiet tax-xogħol, biex jiġi miġġieled it-tixrid tal-marda. Id-dinja tax-xogħol qiegħda tiġi affettwata severament matul din il-krizi, għalhekk, is-sezzjonijiet kollha tas-soċjetà – inklużi n-negozji, l-impjegaturi u s-sħab soċjali – għandu jkollhom rwol sabiex jiproteġu lill-ħaddiema, lill-familji tagħhom u lis-soċjetà b'mod ġenerali.

In-natura u l-firxa tar-restrizzjonijiet, bħal dawk fuq is-sospensjoni ta' attivitajiet mhux essenzjali, ivarjaw bejn l-Istati Membri u s-setturi, iżda proporzjon sostanzjali ta' ħaddiema jew qed ikollhom jaħdmu mid-dar, jew jekk ix-xogħol tagħhom ma jkunx jista' jsir mill-bogħod, qegħdin jibqgħu d-dar, ta' spiss b'arranġament ta' sostituzzjoni tad-dħul.

Ladarba l-miżuri ta' tbeġħid soċjali jiksbu tnaqqis suffiċjenti fir-rati ta' trażmissjoni tal-COVID-19, l-amministrazzjonijiet nazzjonali qegħdin jawtorizzaw it-tkompli b'mod gradwali tal-attivitajiet tax-xogħol. Dan qed isir fi stadji, bix-xogħol li huwa meqjus essenzjali għall-protezzjoni tas-saħħa u għall-ekonomija jiġi awtorizzat l-ewwel u x-xogħol li jista' jsir b'mod effettiv waqt li wieħed ikun qed jaħdem mid-dar jiġi awtorizzat l-aħħar. Madankollu, irrISPETTIVAMENT minn kif u sa fejn jerġgħu jibdedw l-attivitajiet tax-xogħol normali, huwa probabbli ħafna li xi miżuri se jibqgħu fis-seħh għal xi żmien sabiex tiġi evitata żieda qawwija fir-rati ta' infezzjoni ([COVID-19: guidance for the workplace](#)) (COVID-19: gwida għall-post tax-xogħol). Barra minn hekk, huwa possibbli wkoll li, f'xi każijiet, żieda fl-infezzjonijiet f'xi punt fil-futur tkun teħtieġ l-introduzzjoni mill-ġdid ta' miżuri restrittivi.

Il-krizi tal-COVID-19 qiegħda tagħmel pressjoni fuq l-impjegaturi u fuq il-ħaddiema, kemm jekk kellhom jimplementaw proċeduri u Prattiki ġodda fi żmien qasir ħafna, kif ukoll jekk kellhom jissuspendu l-attivitajiet tax-xogħol u dawk kummerċjali tagħhom. Is-saħħa u s-sikurezza okkupazzjonali joffru appoġġ Prattiku għar-ritorn fuq il-post tax-xogħol: miżuri preventivi xierqa se jgħinu biex jinkiseb ritorn għax-xogħol sikur u tajjeb għas-saħħa wara l-illaxkar ta' miżuri ta' tbeġħid soċjali, u se jikkontribwixxu wkoll għas-soppressjoni tat-trażmissjoni tal-COVID-19.

Aġġorna l-valutazzjoni tar-riskju tiegħek u hu miżuri xierqa

L-istess bħal f'kundizzjonijiet tax-xogħol normali, l-identifikazzjoni u l-[valutazzjoni tar-riskji](#) kemm f'ambjenti tax-xogħol fiżiċi kif ukoll f'dawk psikosoċjali huma l-punt ta' tluq għall-ġestjoni tas-saħħa u s-sikurezza okkupazzjonali (OSH) skont il-miżuri għall-COVID-19. L-impjegaturi huma obbligati jirrevedu l-valutazzjoni tar-riskju tagħhom meta jkun hemm bidla fil-proċess tax-xogħol u jqisu r-riskji kollha, inklużi dawk li jaffettwaw is-saħħa mentali. Fir-reviżjoni tal-valutazzjoni tar-riskju, għandha tingħata attenzjoni għal kwalunkwe anomalija jew sitwazzjoni li tikkawża problemi u kif dawn jistgħu jgħinu lill-organizzazzjoni ssir aktar reżiljenti fuq medda twila ta' żmien. Ftakar fl-importanza li l-ħaddiema u r-rappreżentanti tagħhom jiġu involuti fir-reviżjoni tal-valutazzjoni tar-riskju u ċempel lill-fornitur tal-prevenzjoni tar-riskju jew tas-saħħa okkupazzjonali tiegħek jekk ikollok wieħed. Bħala input għall-valutazzjoni tiegħek, ikseb informazzjoni aġġornata mill-awtoritajiet pubbliċi dwar il-prevalenza tal-COVID-19 fiż-żona tiegħek. Ladarba l-valutazzjoni tar-riskju tiġi aġġornata, il-pass li jmiss huwa li tagħmel pjan ta' azzjoni b'miżuri xierqa. Hawn taħt hawn xi eżempji ta' kwistjonijiet relatati mal-COVID-19 li għandek tqis meta tfassal pjan ta' azzjoni bħal dan.

It-tnaqqis tal-esponiment għall-COVID-19 fuq il-post tax-xogħol

L-implimentazzjoni ta' Prattiki tax-xogħol sikuri biex jiġi limitat l-esponiment għall-COVID-19 fuq il-post tax-xogħol tirrikjedi li l-ewwel issir valutazzjoni tar-riskji, u mbagħad tiġi implimentata l-[ġerarkija ta' kontrolli](#). Dan ifisser li jiddaħflu fis-seħħ miżuri ta' kontroll biex l-ewwel jiġi eliminat ir-riskju u jekk dan ma jkunx possibbli, jitnaqqas l-esponiment tal-ħaddiema. Ibda l-ewwel b'miżuri kollettivi u jekk meħtieġ issupplimentahom b'miżuri individwali, bħal tagħmir ta' protezzjoni personali (PPE). Hawn taħt hawn xi eżempji ta' miżuri ta' kontroll, madankollu, mhux kollha se jkunu applikabbli għall-postijiet tax-xogħol jew għall-impjiegi kollha minħabba n-natura tagħhom.

- Għalissa wettaq biss xogħol essenzjali; jista' jkun possibbli li xi xogħol jiġi pospost għal meta r-riskju jkun aktar baxx. Jekk possibbli, offri servizzi mill-bogħod (bit-telefown jew bil-vidjo) minflok personalment. Kun żgur li l-ħaddiema biss li huma essenzjali għall-impjieg ikunu preżenti fuq il-post tax-xogħol u naqqas il-preżenza ta' partijiet terzi.
- Naqqas, kemm jista' jkun, il-kuntatt fiżiku bejn il-ħaddiema (eż. matul il-laqgħat jew waqt il-brejks). Iżola l-ħaddiema li jistgħu jwettqu l-kompiti tagħhom waħedhom b'mod sikur u li ma jeħtiġux tagħmir speċjalizzat jew makkinarju li ma jistax jiġi mċaqlaq. Pereżempju, kull meta jkun possibbli, agħmel arrangamenti biex huma jkunu jistgħu jaħdmu waħedhom f'uffiċċju alternattiv, kamra tal-persunal, kantin jew kamra tal-laqgħat. Jekk possibbli, itlob lill-ħaddiema vulnerabbli biex jaħdmu mid-dar (l-anzjani u dawk b'[kundizzjonijiet kroniċi](#) (inklużi pressjoni għolja, problemi tal-pulmun jew tal-qalb, dijabete, jew dawk li [għaddejjin minn trattament tal-kanċer jew xi immunosuppressjoni oħra](#)) u l-[ħaddiema nisa tqal](#). Ħaddiema b'membri tal-familja qrib tagħhom li jinsabu f'riskju għoli jistgħu wkoll ikollhom bżonn jaħdmu mid-dar.
- Elimina, u jekk mhux possibbli, illimita l-interazzjoni fiżika ma' u bejn il-klijenti. Pereżempju, permezz ta' ordnijiet online jew bit-telefown, kunsinna mingħajr kuntatt jew entrata ġestita (filwaqt li tevita wkoll li n-nies jingabru f'folla barra), u tbeġħid soċjali kemm ġewwa kif ukoll barra l-bini.
- Meta tikkonsenja oġġetti, agħmel dan permezz ta' ġbir jew konsenja barra l-bini. Agħti pariri lis-sewwieqa dwar iġjene tajba fil-kabina u pprovdilhom ġell sanitarju u wiper xierqa. Il-ħaddiema li jagħmlu l-konsenji għandhom jithallew jużaw faċilitajiet bħal tojlits, kafetteriji, kmamar fejn wieħed ibiddel u doċoċ, għalkemm bil-prekawzjonijiet xierqa (bħal utent wieħed biss jithalla jidhol f'ħin partikolari u tindif regolari).
- Poġġi ostakolu impermeabbli bejn il-ħaddiema, speċjalment jekk ma jkunux jistgħu jzommu distanza ta' żewġ metri minn xulxin. L-ostakoli jistgħu jkunu magħmulin apposta jew improvzzati bl-użu ta' oġġetti bħal folji tal-plastik, diviżorji, kxaxen mobbli, jew unitajiet ta' hażna. Oġġetti li mhumieq solidi jew li għandhom it-toqob, bħall-pots tal-pjanti jew it-trolis, jew li joħolqu riskju ġdid, bħal pereżempju minn oġġetti li jitgerbu jew jaqgħu, għandhom jiġu evitati. Jekk ma jkunx jista' jintuża ostakolu, għandu jinħoloq spazju addizzjonali bejn il-ħaddiema billi, pereżempju, jiġi żgurat li jkollhom mill-inqas żewġ desks vojta fuq kull naħa tagħhom.
- Jekk il-kuntatt mill-qrib ma jkunx jista' jiġi evitat, żomm dan il-kuntatt għal inqas minn 15-il minuta. Naqqas il-kuntatt bejn partijiet differenti tan-negożju tiegħek fil-bidu u fit-tmiem tax-xiftijiet. Irranġa

L-ħinijiet tal-waqfiet għall-ikel biex tnaqqas in-numru ta' persuni li jkunu fil-kafetterija, fil-kamra tal-persunal, jew fil-kċina fl-istess ħin. Kun żgur li fil-kmamar tal-banju u fil-kmamar fejn wieħed ibiddel ikun hemm persuna waħda biss f'ħin partikolari. Poġġi sinjal fuq il-bieb prinċipali li jindika meta wieħed mit-tojlits ikun qiegħed jintuża biex jiġi żgurat li persuna waħda biss tidhol f'ħin partikolari. Organizza xiftijiet biex tqis il-kompiti ta' tindif u ta' sanitazzjoni.

- Ipprovi sapun u ilma jew sanitizzatur tal-idejn xieraq f'postijiet konvenjenti u agħti pariri lill-ħaddiema biex jaħslu idejhom ta' spiss. Naddaf il-bini tiegħek ta' spiss, speċjalment il-bankijiet, il-pumi tal-bibien, għodod u superficji oħra li n-nies imissu ta' spiss u pprovi ventilazzjoni tajba jekk ikun possibbli.
- Evita li jkun hemm xogħol eċċessiv fuq il-persunal tat-tindif billi tiegħu miżuri xierqa, bħall-assenjar ta' persunal addizzjonali għall-kompiti u li titlob lill-ħaddiema biex iħallu l-ispazju tax-xogħol tagħhom ordnat u pulit. Ipprovi lill-ħaddiema b'tissues u laned tal-iskart b'borża tal-plastik sabiex dawn ikunu jistgħu jitbattlu mingħajr ma jkun hemm kuntatt mal-kontenut.
- Jekk identifikajt riskju ta' infezzjoni minkejja li applikajt il-miżuri kollha fattibbli ta' sikurezza, imbagħad ipprovi l-PPE kollu meħtieġ. Huwa importanti li l-ħaddiema jitharrġu fl-użu korrett ta' PPE, filwaqt li jiġi żgurat li dawn isegwu l-gwida disponibbli dwar l-użu ta' [maskri tal-wiċċ](#) u ta' [ngwantj](#).
- Poġġi posters li jinkoraġġixxu li wieħed joqgħod id-dar meta jhossu ma jiflaħx, l-etikett ta' kif għandek tisgħol u tagħtas, u l-iġjene tal-idejn mad-dħul fil-post tax-xogħol u f'żoni oħra fejn jidhru.
- Iffaċilita l-użu ta' trasport individwali aktar milli kollettiv mill-ħaddiema, pereżempju billi tagħmel disponibbli parkeġġ jew post għall-ħażna ta' roti b'mod sikur, u billi tinkoraġġixxi lill-ħaddiema biex jiġu għax-xogħol bil-mixi, jekk ikun possibbli.
- Implimenta politiki dwar il-liv flessibbli u x-xogħol mill-bogħod biex tillimita l-preżenza fuq il-post tax-xogħol, meta jkun meħtieġ.

Irreferi għall-[COVID-19: guidance for the workplace](#) (COVID-19: gwida għall-post tax-xogħol) għal aktar informazzjoni dwar it-tnejn tal-post tax-xogħol tiegħek għall-COVID-19, inkluż x'għandu jsir jekk xi ħadd infettat bil-COVID-19 kien fil-post tax-xogħol u pariri dwar l-ivvjaġġar u l-laqqhat. Informazzjoni hija disponibbli għall-["ħaddiema tal-fruntiera u dawk stazzjonati"](#) (persuni li jaħdmu f'pajjiż wieħed u jirritornaw b'mod regolari lejn il-pajjiż fejn jirrisjedu).

It-tkomplija tax-xogħol wara perjodu ta' għeluq

Jekk il-post tax-xogħol tiegħek ingħalaq għal ċertu perjodu għal raġunijiet relatati mal-COVID-19, agħmel pjan għal meta jerġa' jibda x-xogħol li jqis is-saħħa u s-sikurezza. Fil-pjan tiegħek għandek tikkunsidra dan li ġej:

- Aġġorna l-[valutazzjoni tar-riskju](#) tiegħek kif deskritt hawn fuq u rreferi għall-[COVID-19: guidance for the workplace](#) (COVID-19: gwida għall-post tax-xogħol).
- Wettaq adattamenti għat-tqassim tal-post tax-xogħol u għall-organizzazzjoni tax-xogħol li jnaqqsu t-trażmissjoni tal-COVID-19 qabel ma x-xogħol jerġa' jibda kompletament u qabel ma l-ħaddiema kollha jirritornaw lura għall-post tax-xogħol. Ikkunsidra li x-xogħol jerġa' jibda fi stadji biex ikunu jistgħu jsiru adattamenti. Kun żgur li tinforma lill-ħaddiema dwar il-bidliet u tipprovdilhom proċeduri u taħriġ ġodda, jekk ikun meħtieġ, qabel ma jerġgħu jibdew jaħdmu.
- Ikkuntattja lis-servizz tas-saħħa okkupazzjonali tiegħek u lill-konsulent tas-saħħa u tas-sikurezza tiegħek jekk ikollok aċċess għal wieħed u ddiskuti l-pjan tiegħek magħhom.
- Agħti attenzjoni speċjali lill-ħaddiema li jinsabu f'riskju għoli u kun lest li tiproteġi lil dawk l-aktar vulnerabbli, inklużi l-anzjani u dawk b'[kundizzjonijiet kroniċi](#) (inklużi pressjoni għolja, problemi tal-pulmun jew tal-qalb, dijabete jew dawk li [għaddejnin minn trattament tal-kanċer jew xi immunosuppressjoni oħra](#)) u l-[ħaddiema nisa tqal](#). Agħti attenzjoni wkoll lill-ħaddiema b'membri tal-familja qrib tagħhom li jinsabu f'riskju għoli.
- Ikkunsidra li tistabbilixxi appoġġ għall-ħaddiema li jistgħu jkunu qed ibatu minn ansjetà jew stress. Dan jista' jvarja minn maniġers li jistaqsu lill-ħaddiema aktar ta' spiss dwar kif qed iħossuhom, l-iffaċilitar ta' skambji jew il-"buddying" bejn il-kollegi, bidliet fl-organizzazzjoni tax-xogħol u l-kompiti tax-xogħol, programm ta' assistenza lill-impjegati jew servizz ta' coaching, kif ukoll l-għoti ta' kuntatt

ma' servizz tas-saħħa okkupazzjonali. Kun af li l-ħaddiema jistgħu jkunu għaddew minn avvenimenti trawmatiċi bħall-mard serju jew il-mewt ta' qarib jew ħabib, jew ikunu qegħdin jesperjenzaw diffikultajiet jew problemi finanzjarji fir-relazzjonijiet personali tagħhom.

- Il-ħaddiema li jirritornaw fuq il-post tax-xogħol wara perjodu ta' iżolament, kemm bħala miżura individwali kif ukoll bħala parti minn iżolament kollettiv, x'aktarx li jkollhom tħassib, b'mod partikolari dwar ir-riskju ta' infezzjoni. Dan it-tħassib – speċjalment jekk kien hemm bidliet fl-impjieg – jista' jwassal għal problemi ta' stress u ta' saħħa mentali. Meta jkunu fis-seħħ miżuri ta' tbeġħid soċjali, dawn il-problemi mhumiex biss aktar probabbli, iżda l-mekkaniżmi ta' sopravvivenza tas-soltu, bħal spazju personali, jew il-fatt li wieħed jaqsam il-problemi tiegħu ma' oħrajn, mhumiex disponibbli (ara [Return to work after sick leave due to mental health problems](#) (Ritorn għax-xogħol wara liv minħabba mard minħabba problemi ta' saħħa mentali)). Ipprovi lill-ħaddiema b'informazzjoni dwar sorsi disponibbli pubblikament ta' appoġġ u għoti ta' pariri. [Mental Health Europe](#) għandha informazzjoni dwar kif għandek tiegħu f'sieb is-saħħa mentali tiegħek u tindirizza t-treddida tal-COVID-19.
- Il-ħaddiema jistgħu jkunu mħassba dwar probabbiltà akbar ta' infezzjoni fuq il-post tax-xogħol u jaf ma jkunux iridu jirritornaw lura għax-xogħol. Huwa importanti li wieħed jifhem it-tħassib tagħhom, jipprovi informazzjoni dwar il-miżuri meħuda u l-appoġġ disponibbli għalihom.

L-indirizzar ta' rata għolja ta' assenza

Skont ir-rati ta' infezzjoni fiż-żona lokali tiegħek u l-protokollu fis-seħħ, ħafna mill-ħaddiema tiegħek jistgħu jkunu assenti minħabba l-COVID-19. Jekk ħaddiem ikun f'iżolament fid-dar bħala prekawzzjoni, għandu mnejn li dan ikun jista' jkompli jaħdem mill-bogħod (ara hawn taħt), jew jekk dan ma jkunx il-każ, il-ħaddiem ma jkunx jista' jaħdem għal perjodu ta' żmien.

Il-ħaddiema li jkunu kkonfermati bħala li għandhom il-COVID-19 se jkunu assenti mix-xogħol u mhux se jkunu jistgħu jaħdmu għal perjodu ta' żmien ferm itwal u dawk li jkunu morda serjament jistgħu jeħtieġu perjodu ulterjuri ta' riabilitazzjoni ladarba jfieuq mill-infezzjoni. Barra minn hekk, xi ħaddiema jistgħu jkunu assenti minħabba li jkollhom jieħdu f'sieb qarib tagħhom.

- L-assenza ta' numru sostanzjali ta' ħaddiema, anke jekk temporanja biss, tista' tikkawża pressjoni fuq it-tkomplija tal-attivitajiet. Filwaqt li l-ħaddiema disponibbli għandhom ikunu flessibbli, huwa importanti li ma jsibux ruħhom f'sitwazzjoni li tipperikola s-saħħa jew is-sikurezza tagħhom. Żomm kull ammont ta' xogħol addizzjonali limitat kemm jista' jkun u żgura li dan ma jdumx wisq. Is-superjuri għandhom rwol importanti fil-monitoraġġ tas-sitwazzjoni u l-iżgurar li l-ħaddiema individwali ma jkunux [mgħobbija żzejjed](#). Irrispetta r-regoli u l-ftehimiet dwar il-ħinijiet tax-xogħol u l-perjodi ta' mistrieħ u aġti lill-ħaddiema d-dritt li jaqtgħu mix-xogħol meta ma jkunux qed jaħdmu.
- Meta tadatta x-xogħol biex tlaħħaq ma' forza tax-xogħol imnaqqsa, pereżempju billi ddaħħal fis-seħħ metodi u proċeduri ġodda u tiddel ir-rwoli u r-responsabbiltajiet, ikkunsidra jekk il-persunal għandux bżonn taħriġ u appoġġ addizzjonali, u kun żgur li l-ħaddiema kollha jkunu kompetenti biex iwettqu l-kompitu li huma meħtieġa jwettqu.
- Ħarreġ lill-ħaddiema f'diversi kompiti biex iwettqu funzjonijiet essenzjali sabiex il-post tax-xogħol ikun jista' jopera anke jekk il-ħaddiema ewlenin ikunu assenti.
- Jekk ikun hemm dipendenza fuq persunal interim, huwa importanti li tinfirmahom dwar ir-riskji fuq il-post tax-xogħol u tipprovdilhom taħriġ jekk ikun meħtieġ.

Il-ġestjoni tal-ħaddiema li jkunu qegħdin jaħdmu mid-dar

Bħala parti mill-miżuri ta' tbeġħid soċjali li ttieħdu fil-biċċa l-kbira tal-Istati Membri, il-ħaddiema huma mhegġa jew obbligati li jaħdmu mid-dar jekk in-natura tal-impjieg tagħhom tippermetti dan. Għal ħafna minn dawn il-ħaddiema, hija l-ewwel darba li qed jassumu r-rwol ta' "teleħaddiema" u l-ambjent tax-xogħol tagħhom x'aktarx li jkollu ħafna aspetti neqsin meta mqabbel mal-post tax-xogħol tagħhom. Il-punt sa fejn l-ambjent tad-dar jista' jiġi adattat iwarja skont is-sitwazzjoni tal-ħaddiem u ż-żmien u r-riżorsi disponibbli għall-adattamenti.

Parir dwar kif wieħed jibqa' sikur u b'saħħtu waqt li jkun qed jaħdem mid-dar huwa disponibbli [hawnhekk](#), iżda fil-biċċa l-kbira tiegħu huwa mmirat lejn dawk li qed jaħdmu mid-dar b'mod regolari jew fit-tul. Hawn taħt huma disponibbli xi suggerimenti biex jitnaqqsu r-riskji għall-ħaddiema li ma setgħux iħejju l-post tax-xogħol tad-dar tagħhom kif suppost.

- Wettaq valutazzjoni tar-riskju li tinvolvi lill-ħaddiema li jaħdmu mid-dar u lir-rappreżentanti tagħhom.
- Ħalli lill-ħaddiema jieħdu magħhom id-dar, tagħmir li jużaw fuq il-post tax-xogħol fuq bażi temporanja (jekk ma jkunux jistgħu jiġu jiġbruh huma stess, ikkunsidra li torganizza l-konsenja tiegħu). Dan jista' jinkludi oġġetti bħal kompjuter, skrin, tastiera, maws, printer, sigġu, oġġett għas-serħan tas-saqajn, jew lampa. Żomm rekord ta' min jieħu xiex biex tevita konfużjoni meta jerġa' jibda x-xogħol normali.
- Ipprovi lit-teleħaddiema [gwiċa dwar it-twaqqif ta' stazzjon tax-xogħol fid-dar](#) li japplika ergonomija tajba, bħal qagħda tajba u moviment frekwenti, kemm jista' jkun.
- Ħeġġeġ lill-ħaddiema jieħdu pawżi regolari (madwar kull 30 minuta) biex iqumu, jimxu u jitmattu.
- Agħti appoġġ lit-teleħaddiema fl-użu ta' tagħmir u softwer tal-IT. L-ghodod ta' konferenzi bit-telefown u bil-vidjo jistgħu jsiru essenzjali għax-xogħol, iżda jistgħu jkunu problematiċi għall-ħaddiema li ma jkunux familjari magħhom.
- Kun żgur li jkun hemm komunikazzjoni tajba fil-livelli kollha li tinkludi lil dawk li jaħdmu mid-dar. Dan ivarja mill-informazzjoni strateġika pprovduta mill-amministrazzjoni fl-ogħla livell tad-dmirijiet tas-superjuri, mingħajr ma wieħed jinsa l-importanza ta' interazzjoni soċjali ta' rutina fost il-kollegi. Filwaqt li din tal-ewwel tista' tiġi indirizzata f'laqgħat online skedati, din tal-aħħar tista' tiġi mheġġa permezz ta' chats online jew permezz ta' laqgħat "virtwali għal kafè".
- Tissottovalutax ir-riskju li l-ħaddiema jhossuhom iżolati u taħt pressjoni, li fin-nuqqas ta' appoġġ jista' jwassal għal problemi ta' saħħa mentali. Huwa importanti li jkun hemm komunikazzjoni u appoġġ effettivi mill-manigier u l-kollegi u li jkun hemm kuntatt informali mal-kollegi. Ikkunsidra li jkollok laqgħat regolari mal-persunal jew mat-tim li jsiru online jew alterna liema impjegati jistgħu jkunu preżenti fuq il-post tax-xogħol, jekk ikun inbeda ritorn gradwali għax-xogħol.
- Kun af li l-impjegat tiegħek jista' jkollu sieħeb li jkun ukoll qed jaħdem mid-dar jew tfal li jista' jkollhom bżonn lil xi ħadd biex jieħu ħsiebhom għaliex mhumiex qed imorru skola, jew li jeħtieġ li jikkonnettjaw mill-bogħod biex ikomplu x-xogħol tal-iskola tagħhom. Oħrajn jistgħu jkunu jeħtieġu jieħdu ħsieb anzjani jew persuni b'mard kroniku u dawk li jinsabu f'konfinament. F'dawn iċ-ċirkustanzi, il-manigiers jeħtieġ li jkunu flessibbli f'termini ta' ħinijiet tax-xogħol u ta' produttività tal-persunal tagħhom u se jkollhom bżonn jagħmlu lill-ħaddiema konxji tal-fehim u l-flessibbiltà tagħhom.
- Assisti lill-ħaddiema fl-istabbiliment ta' limiti b'saħħithom bejn ix-xogħol u l-ħin liberu billi tikkomunika b'mod ċar meta huma mistennija li jkunu qed jaħdmu u li jkunu disponibbli.

L-involviment tal-ħaddiema

Il-parteciġazzjoni tal-ħaddiema u r-rappreżentanti tagħhom fil-ġestjoni tal-OSH hija essenzjali għas-suċċess u obbligu legali. Dan japplika wkoll għal miżuri meħuda fil-postijiet tax-xogħol b'rabta mal-COVID-19, fi żmien meta l-avvenimenti jiżviluppaw malajr, b'livell għoli ta' incertezza u ansjetà fost il-ħaddiema u l-popolazzjoni b'mod generali.

Huwa importanti li tikkonsulta lill-ħaddiema tiegħek u/jew lir-rappreżentanti tagħhom u lir-rappreżentanti tas-saħħa u s-sikurezza fi żmien xieraq dwar il-bidliet ipplanati u kif il-proċessi temporanji se jaħdmu fil-prattika. L-involviment mal-ħaddiema tiegħek fil-valutazzjoni tar-riskju u l-iżvilupp ta' tveġibiet huwa parti importanti minn Prattika tajba ta' saħħa u sikurezza. Ir-rappreżentanti tas-saħħa u s-sikurezza u l-kumitati tas-saħħa u s-sikurezza jinsabu f'pożizzjoni unika biex jgħinu fit-tfassil ta' miżuri preventivi u biex jiżguraw li dawn jiġu implimentati b'suċċess.

Ikkunsidra wkoll kif tiżgura li l-ħaddiema tal-aġenzija u l-kuntratturi jkollhom aċċess għall-istess informazzjoni bħall-impjegati diretti.

Ħu ħsieb il-ħaddiema li kienu morda

Skont l-Organizzazzjoni Dinjija tas-Saħħa, l-aktar [sintomi komuni tal-COVID-19](#) huma deni, gheja, u sogħla xotta. Xi persuni jkunu infettati iżda ma jiżviluppaw l-ebda sintomu u ma jhossuhomx ma jifilħux. Il-biċċa l-kbira tan-nies (madwar 80%) jirkupraw mill-marda mingħajr ma jkunu jeħtieġu trattament speċjali. Madwar wieħed minn kull sitt persuni li jkollu l-COVID-19 jimrad serjament u jiżviluppa diffikultajiet biex jieħu n-nifs. Persuni akbar fl-età, u dawk bi problemi mediċi sottostanti bħal pressjoni għolja, problemi tal-qalb jew id-dijabete, huma aktar probabbli li jiżviluppaw mard serju.

Persuni li jimirdu serjament jistgħu jeħtieġu kunsiderazzjoni speċjali anki wara li jiġu ddikjarati li jistgħu jmorru għax-xogħol. Hemm xi indikazzjonijiet li pazjenti bil-coronavirus jistgħu jbatu minn tnaqqis fil-kapaċità tal-pulmun wara attakk tal-marda. Il-ħaddiema f'din is-sitwazzjoni jistgħu jkunu jeħtieġu li x-xogħol tagħhom jiġi adattat u jista' jkun li jkunu jeħtieġu ħin barra x-xogħol biex jagħmlu l-fizjoterapija. Il-ħaddiema li kellhom iqattgħu l-ħin f'kura intensiva (IC) jistgħu jiffaċċjaw sfidi speċifiċi. It-tabib tal-ħaddiem u s-servizz tas-saħħa okkupazzjonali, jekk disponibbli, għandhom jagħtu pariri dwar il-mod u ż-żmien meta dawn għandhom jirritornaw lura għax-xogħol:

- **Dgħufija fil-muskoli.** Aktar ma wieħed idum f'kura intensiva, dan aktar isir serju. Il-kapaċità muskolari mnaqqsa tidher ukoll, pereżempju, f'problemi respiratorji. Fenomenu ieħor komuni iżda li jiġi rikonoxxut inqas ta' spiss huwa "Post Intensive Care Syndrome" (Sindromu ta' Wara l-Kura Intensiva - PICS). Dan jiġri għal madwar 30 sa 50% ta' persuni ammessi għal kura intensiva u huwa komparabbli ma' disturb minn stress postrawmatiku.
- **Problemi ta' memorja u konċentrazzjoni.** Dawn il-problemi ta' spiss jiżviluppaw biss maż-żmien. Ladarba persuna tkun reġgħet bdiet taħdem, dan mhux dejjem jiġi rikonoxxut. Is-sintomi li jidher fuq il-post tax-xogħol huma problemi ta' memorja u konċentrazzjoni, diffikultà biex iwettqu l-kompiti b'mod sodisfaċenti u ħiliet ta' soluzzjoni ta' problemi aktar dgħajfa. Għalhekk huwa importanti li toqgħod attent għal dan jekk tkun taf li xi ħadd kien f'kura intensiva. Gwida tajba hija importanti ħafna, minħabba li huwa diffiċli għal xi ħaddiema li jirritornaw għal-livell ta' prestazzjoni preċedenti tagħhom.
- **Żmien twil biex jitkompla x-xogħol.** Id-data turi li minn kwart sa terz ta' dawk li jkunu f'kura intensiva jistgħu jiżviluppaw problemi, indipendentement mill-età tagħhom. Madwar nofs il-pazjenti jeħtieġu sena biex jerġgħu jibdeu jaħdmu u sa terz jistgħu ma jerġgħux jirritornaw lura.

It-tobba tax-xogħol u s-servizzi tas-saħħa okkupazzjonali huma fl-aħjar pożizzjoni biex jagħtu pariri dwar kif wieħed għandu jieħu ħsieb lill-ħaddiema li kienu morda u dwar kwalunkwe adattament li jkun meħtieġ fix-xogħol tagħhom. Jekk ma għandekx servizz tas-saħħa okkupazzjonali, huwa importanti li tindirizza dawn il-kwistjonijiet b'sensittività u li tirrispetta l-privatezza u l-kunfidenzjalità tal-ħaddiema.

Kun konxju mir-riskju li l-ħaddiema li kienu morda bil-COVID-19 jistgħu jsofru minn stigma u diskriminazzjoni.

Ippjana u tgħallem għall-futur

Huwa importanti li jifasslu jew jiġu aġġornati pjanijiet ta' kontinġenza għall-kriżijiet għal avvenimenti ta' għeluq u ta' bidu mill-ġdid fil-futur, kif deskritt fil-[COVID-19: guidance for the workplace](#) (COVID-19: gwida għall-post tax-xogħol). Anke n-negożji ż-żgħar jistgħu jagħmlu lista ta' kontroll li se tgħin视角 ihejju ruħhom f'każ li jseħħ xi avveniment bħal dan fil-futur.

Intrapriżi li jkunu użaw it-telexogħol għall-ewwel darba jistgħu jikkunsidraw li jadottawh bħala prattika tax-xogħol moderna u fit-tul. L-esperjenza miksuba matul il-pandemija tal-COVID-19 tista' tikkontribwixxi għall-iżvilupp ta' politika u proċeduri tat-telexogħol jew ir-reviżjoni ta' dawk eżistenti.

Żomm ruħek infurmat tajjeb

L-ammont ta' informazzjoni relatata mal-COVID-19 jista' jkun enormi u jista' jkun diffiċli li ssir distinzjoni bejn dik l-informazzjoni li hija affidabbli u preċiża u dik li hija vaga u qarrieqa. Dejjem iċċekkja li s-sors

originali tal-informazzjoni jkun fornitur stabbilit u kwalifikat. Sorsi uffiċjali ta' informazzjoni dwar il-COVID-19 jinkludu:

- [L-Organizzazzjoni Dinjija tas-Saħħa](#)
- [Iċ-Ċentru Ewropew għall-Prevenzjoni u l-Kontroll tal-Mard](#)
- [Il-Kummissjoni Ewropea](#)
- [L-Aġenzija Ewropea għas-Saħħa u s-Sigurtà fuq il-Post tax-Xogħol](#)

Hekk kif il-miżuri ta' tbeġħid soċjali jibdeu jiġu llaxkati, tista' tinħareġ informazzjoni li tkun speċifika għal industriji, komunitajiet jew gruppi partikolari, u din tista' tiġi aġġornata ta' spiss. F'pajjiżek, il-ministeri għas-saħħa u għax-xogħol se jkollhom informazzjoni rilevanti u jistgħu jipprovdu links għal sorsi aktar speċjalizzati.

Is-setturi u l-impjegi

Persuni b'impjegi li jpoġġuhom f'kontatt fiżiku ma' ħafna oħrajn huma fl-akbar riskju li taqbadhom il-COVID-19. Minbarra l-ħaddiema fil-kura tas-saħħa, il-kura residenzjali u fid-djar, il-ħaddiema essenzjali f'riskju akbar jinkludu, pereżempju, dawk involuti fil-provvista u l-bejgħ tal-ikel, il-ġbir tal-iskart, l-utilitajiet, il-pulizija u s-sigurtà, u t-trasport pubbliku.

Bl-istess mod li xi pajjiżi jirrestringu x-xogħol f'xi setturi qabel oħrajn – normalment l-ewwel li jiġu sospiżi huma l-edukazzjoni, l-attivitajiet ta' ħin liberu u d-divertiment, u l-aħħar l-industrija u l-kostruzzjoni – irritorn għax-xogħol wara l-illaxkar tal-miżuri jista' wkoll jiġi mqassam b'mod simili, iżda f'ordni bil-maqlub. Gwida speċifika għas-settur relatata mal-COVID-19 hija disponibbli minn diversi pajjiżi u għażla ta' dawn hija elenkata hawn taħt. Iċċekkja s-siti web tal-[EU-OSHA](#), tal-[awtorità jew l-istitut nazzjonali tal-OSH](#) tiegħek għal aktar eżempji.

Gwida speċifika għas-settur relatata mal-COVID-19

Kostruzzjoni	Construction
Bejgħ bl-imnut	Retail
Ikel	Food
Trasport	Transport
Manutenzjoni u servizzi domestiċi	Maintenance and domestic services
L-attivitajiet ta' ħin liberu u d-divertiment	Leisure and entertainment
Edukazzjoni	Education
Xogħol ta' parrukkiera	Hairdressing
Is-servizzi tas-saħħa u l-kura	Health and care services
Il-pulizija u l-ħabsijiet	Policing and prisons
Oħrajn	Others
Kompilazzjonijiet nazzjonali (mhux eżawrjenti)	National compilations (non-exhaustive)

Jekk jogħġbok innota li d-data tal-pubblikazzjoni ta' dan id-dokument hija l-24 ta' April 2020. L-artiklu OSHwiki korrispondenti jiġi rieżaminat perjodikament u huwa disponibbli [hawnhekk](#).

Awtur: William Cockburn, l-Aġenzija Ewropea għas-Saħħa u s-Sigurtà fuq il-Post tax-Xogħol, (EU-OSHA)

© Aġenzija Ewropea għas-Sigurtà u s-Saħħa fuq il-Post tax-Xogħol, 2020

Ir-riproduzzjoni hija awtorizzata bil-kondizzjoni li s-sors jiġi rikonoxxut.