

## CHECKLISTA FÖR SKYDDSOMBUD OCH ARBETSMILJÖOMBUD

# Tänk på det här när ni går tillbaka till arbetsplatsen

Dessa allmänna arbetsmiljöingångar kopplade till covid-19 är framtagna som ett stöd för skyddsombud/arbetsmiljöombud som är verksamma på arbetsplatser som helt eller delvis har varit nedstängda med anledning av covid-19 och där arbetsgivaren nu planerar för eller har beslutat om återgång till arbetsplatsen. Notera att det även finns branschspecifika vägledningar, se länkarna nedan.

Det behöver högst sannolikt direkt göras en riskbedömning enligt föreskrifterna om systematiskt arbetsmiljöarbete (SAM) för att fånga upp och hantera risker, oro och rädsla inför återgången. I kristider kan det behöva göras riskbedömningar oftare än vanligt eftersom läget hela tiden kan förändras. Samverkan mellan arbetsgivare och skyddsombud/arbetsmiljöombud vid riskbedömningar och beslut om åtgärder är väsentlig. Deras delaktighet är av central betydelse för hela återgångsprocessen.

Arbetsmiljöingångarna nedan fokuserar på de omedelbara och praktiska frågorna som bör hanteras i anslutning till en återgång till arbetsplatsen, detta ska ske i samverkan med arbetstagarna enligt 6 kapitlet i Arbetsmiljölagen. Var uppmärksam på om de planerade förändringarna är av den karaktären att de också ska föregås av MBL-förhandlingar.

Gör nödvändiga anpassningar innan arbetet återupptas helt och innan alla arbetstagare återvänder till arbetsplatsen. Det kan även övervägas att återuppta arbetet stegvis för att möjliggöra anpassningar och information till alla arbetstagare om de nya förutsättningarna som gäller på arbetsplatsen. Ägna särskild uppmärksamhet åt medarbetare som tillhör en riskgrupp (eller har närstående som gör det) och hur man ska kunna skydda de mest sårbara.

Covid-19-situationen kommer sannolikt också att få mer långsiktiga konsekvenser för arbetsmiljöarbetet, till exempel när det gäller arbetsplatsens utformning, teknisk utrustning och arbetets organisation samt förutsättningar och villkor för hemarbete framöver.

Punkterna nedan är huvudsakligen en sammanställning av information hämtad från Arbetsmiljöverket och Folkhälsomyndigheten.



## Inledande utgångspunkt

Så länge Folkhälsomyndigheten anvisar att man ska stanna hemma vid första sjukdomssymtom, även om man bara känner sig lite förkyld (lista över kända symtom av covid-19 går att hitta på Folkhälsomyndighetens hemsida) ska detta tillämpas av arbetsgivaren och fullt ut respekteras av alla anställda och andra som normalt utför arbete på arbetsplatsen.

## 1 Hygienåtgärder

Det är mycket viktigt att vidhålla god handhygien för att förhindra spridning av covid-19.

Det kan uppnås genom frekvent handtvättande (minst 20 sekunder) med tvål och vatten. Har man inte tillgång till tvål och vatten kan handsprit användas.

Medarbetarna bör tvätta händer vid ankomst till arbetsplatsen, efter nyttjande av toalett, efter nysning/snyting/hostning samt före intagande av måltid. Efter toalettbesök bör spolning ske med toalettlocket stängt.

Det rekommenderas också att tvätta händer varje gång man varit i kontakt med beröringsytor, så kallade *tagytor*, som exempelvis dörrhandtag, hissknappar, kaffeapparater och gemensam kontorsutrustning såsom skrivare.

Det ökade behovet av handtvätt medför ett arbetsplatsbehov av tvål, fuktighetsbevarande handkräm, handsprit (alkoholhalt på 60–80 procent) och pappershanddukar. Det kan därför underlätta om arbetsplatsen utrustas med lättillgängliga "tvättstationer", utöver redan befintliga tvätt- och toalettutrymmen. Personliga handspritsflaskor kan övervägas i mer utsatta situationer som enkelt kan nyttjas för att bibehålla god handhygien.

Vid användning av pappershanddukar, eller annat engångsmaterial, bör handduken omedelbart slängas i förslutningsbar behållare. Optimalt är om behållaren går att öppna/stänga utan handkontakt.

Det är också viktigt att var och en har kunskap om korrekt handtvättsteknik. Sådan information, och andra hygienföreskrifter, går att finna på Folkhälsomyndighetens hemsida. På Folkhälsomyndighetens hemsida kan även utskriftsbara informationsaffischer och annat informationsmaterial laddas ned. Dessa kan skrivas ut och placeras runt om på arbetsplatsen för att, på ett enkelt sätt, informera alla om hur man på bästa sätt förhindrar smittspridning.

## 2

## Städning/desinficering av arbetsplatsen

Under tiden smittspridning pågår av covid-19 är det viktigt med goda städrutiner. Arbetsplatsen bör rengöras dagligen och områden med stort personflöde bör desinficeras löpande (exempel på sådana områden är: delade skrivbord, omklädningsrum, kaffeautomater, matsal och fikautrymmen, toaletter, hissar, dörrhandtag med mera).

För att minska behovet av städning kan antalet tagytor begränsas på arbetsplatsen genom att exempelvis lämna dörrar öppna (med undantag för de dörrar som måste hållas stängda till följd av olika säkerhetsföreskrifter), undvika att man delar med sig av kontorsmaterial och andra föremål (exempelvis muggar, tallrikar och bestick) samt avlägsna eventuella tidningar från lunchrum och reception.

Det är också mycket viktigt att arbetsgivaren tillhandhåller och erbjuder en god tillgång till adekvat städmaterial så att medarbetarna kan hålla sina arbetsstationer rena under dagen.

Städning bör ske med hjälp av engångshandskar, rengöringsmedel och vatten samt desinficeringsmedel.

## 3

## Ventilation

För att minska risken för smittspridning bör arbetsplatsen kontinuerligt ventileras. Om möjligt bör arbetsplatsen ventileras ordentligt, två timmar före arbetsdagens start samt två timmar efter arbetsdagens slut.

Ventilation på toalett bör vara igång konstant.

Individuella fläktar bör undvikas då dessa kan öka spridningen av viruset.

## 4

## Personlig skyddsutrustning (PPE)

Arbetsplatsen bör följa Arbetsmiljöverkets råd och föreskrifter angående användande av personlig skyddsutrustning. Här är det viktigt att medarbetarna får en adekvat utbildning om när och hur skyddsutrustningen ska användas.

## 5

## På väg till arbetsplatsen

När man tar sig till jobbet bör kollektivtrafik, i så stor utsträckning som möjligt, undvikas. Detta gäller särskilt vid rusningstrafik. Istället bör man gå, cykla eller åka bil till arbetet.

Vid nyttjande av kollektivtrafik bör man välja ett färdmedel där man kan reservera en plats, eller på annat sätt undvika trängsel, samt försöka hålla distans under resans gång. Resenärer i kollektivtrafiken bör tvätta händerna, både före avresa och efter ankomst.



## 6

## Under arbetet

För att minska risken för smittspridning bör var och en försöka undvika närkontakt med andra personer samt undvika alla former av hälsningar där beröring sker. Om man, i sin arbetsroll, inte har möjlighet att undvika närkontakt bör man, i så hög grad som möjligt, minimera den tid man är i närheten av andra människor. Det kan åstadkommas genom att var och en försöker undvika gemensamma lunch- eller rastutrymmen.

I kontorssammanhang kan detta innebära att skapa tillräckligt avstånd mellan skrivbord/arbetsstationer genom att placera dem längre ifrån varandra. Om detta inte är möjligt, kan man organisera om för att på så sätt hålla ett tillräckligt avstånd, till exempel genom att inte använda alla skrivbord i de öppna kontorslandskapen, placera vissa skrivbord/arbetsstationer i separata reservrum, placera skrivborden på ett sätt som gör att de anställda arbetar rygg mot sida eller sida vid sida snarare än ansikte mot ansikte.

Man bör överväga att ställa in alla icke-nödvändiga möten, utbildningar och resor. Man bör använda alternativ till fysiska möten. Om ett fysiskt möte är nödvändigt, håll det så kort som möjligt, minska antalet deltagare till minsta möjliga, ha ett tillräckligt stort rum för att säkerställa fysisk distansering och säkerställ att rummet är rent och väl ventilerat. Om vädret tillåter kan ett möte utomhus vara ett alternativ. Överväg att bevara en lista med kontaktinformationen till mötesdeltagarna i minst 14 dagar för att vid behov underlätta kontaktspårning.

Angående kontakt med personer i yrkesutövningen rekommenderas det att följa Folkhälsomyndighetens allmänna råd och föreskrifter.



## 7

## Psykologiska konsekvenser

Det är särskilt viktigt att visa omtanke med sina medarbetare under denna kris. Den pågående pandemin påverkar alla olika och har bland annat lett till ökade ångest/stressnivåer hos många människor. Det är viktigt att fånga upp medarbetarnas oro. Det kan göras genom att arbetsgivaren har regelbundna avstämningar med personalen och då är tydlig med vart man kan vända sig om man har frågor eller behöver hjälp.

Det kan finnas en risk för att personer som har haft covid-19 kan uppleva stigmatisering och diskriminering på arbetsplatsen, vilket man bör vara särskilt uppmärksam på och vidta förebyggande åtgärder mot. Om en kollega avlider till följd av covid-19 är det viktigt att tillgodose medarbetarnas behov av krishantering.

## 8

## Ta hand om arbetstagare som har varit sjuka

Medarbetare som har varit allvarligt sjuka i covid-19 kan behöva särskild hänsyn trots att de har förklarats arbetsföra. Det gäller särskilt dem som genomgått intensivvård. Dessa arbetstagare kan behöva få sitt arbete anpassat och ha fortsatt kontakt med vården, till exempel med fysioterapeut.

## YTTERLIGARE RÅD OCH VÄGLEDNING

**Arbetsmiljöverket:** <https://www.av.se/halsa-och-sakerhet/sjukdomar-smitta-och-mikrobiologiska-risker/smittrisker-i-arbetsmiljon/coronaviruset/>

**Prevent:** <https://www.prevent.se/annesomrade/coronaviruset/>

**EU:s arbetsmiljöbyrå i Bilbao:** [https://oshwiki.eu/wiki/COVID-19:\\_Back\\_to\\_the\\_workplace\\_-\\_Adapting\\_workplaces\\_and\\_protecting\\_workers](https://oshwiki.eu/wiki/COVID-19:_Back_to_the_workplace_-_Adapting_workplaces_and_protecting_workers)

**Folkhälsomyndigheten:** <https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/>

**ILO:** [https://www.ilo.org/actemp/publications/WCMS\\_744033/lang--en/index.htm](https://www.ilo.org/actemp/publications/WCMS_744033/lang--en/index.htm)

**EU-kommissionen:** [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip\\_20\\_729](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_20_729)

