



## Instrukcje dla pracowników

Działania islandzkiego rządu z powodu walki z pandemią COVID-19 mają duży wpływ na funkcjonowanie gmin. Naszym celem są działania zapewniające bezpieczeństwo pracownikom miasta oraz w największym możliwym stopniu kontynuację funkcjonowania jednostek pracy gmin.

Poniżej znajdują się ogólne instrukcje dla pracowników z powodu COVID-19. Na stronie Inspektoratu Zdrowia i Wydziału Ochrony Cywilnej i Zarządzania Kryzysowego można znaleźć szczegółowe informacje [www.covid.is](http://www.covid.is) oraz krótki [film instruktażowy o COVID-19](#) Inspekcji Pracy.

### COVID-19

#### **Jakie są objawy COVID-19?**

Objawy podobne są do objawów grypy tzn. kaszel, gorączka, bóle mięśni, ogólne zmęczenie itp. Konsekwencje zarażeniem COVID-19 mogą być u niektórych osób bardzo poważne i powodować schorzenia dróg układu oddechowego i zapalenie płuc, objawiając się w trudnościach z oddychaniem w 4-8 dniu infekcji.

#### **Co możesz zrobić, aby zmniejszyć prawdopodobieństwo zarażenia?**

- Obecnie utrzymanie higieny jest nawet bardziej ważne niż wcześniej. Myj ręce regularnie i dokładnie mydłem i wodą przez przynajmniej 20 sekund, wytrzyj ręce do sucha i zdezynfekuj płynem do dezynfekcji.
- Podczas kaszlu i kichania zakrywaj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką.
- Unikaj kontaktu z osobami z gorączką, objawami przeziębienia i grypy.
- Unikaj dotykania powierzchni w miejscach publicznych np. poręczy, przycisków w windzie, ekranów dotykowych, terminali płatniczych i klamek.
- Witaj się uśmiechem, a nie przez podanie ręki lub uścisk.



### **Jak zareagować, gdy podejrzewasz zarażenie?**

Zostań w domu i zadzwoń pod numer 1700, do swojej przychodni rejonowej lub skontaktuj się z heilsuvera.is za pomocą dostępnego na stronie chatu. Pracownicy służby zdrowia odpowiedzą na twoje pytania i doradzą ci co robić dalej.

Nie przychodź do przychodni *Læknavakt*, ani swojej przychodni rejonowej. Badania na obecność wirusa wykonywane są wśród grupy podwyższonego ryzyka. Inne osoby z łagodniejszymi objawami powinny pozostać w domu do ustąpienia objawów.

### **Co powinnaś/ powinieneś zrobić w wypadku choroby?**

Jeżeli byłaś/ byłeś w kontakcie z osobą zarażoną COVID-19 i/lub masz objawy wskazujące na COVID-19 musisz skontaktować się ze swoją przychodnią rejonową lub zadzwonić na

nr 1700, gdzie otrzymasz wskazówki w jaki sposób postępować.

### **Co zrobić, gdy zachorujesz na „tradycyjną” grypę?**

Te same zasady obowiązują przy grypie. Pracownik z objawami podobnymi do grypy, który nie podejrzewa zarażenia COVID-19 powinien zostać w domu do czasu ustąpienia objawów.

Jeżeli podejrzewasz zarażenie COVID-19 musisz skontaktować się z przychodnią rejonową lub zadzwonić pod nr 1700, gdzie otrzymasz dokładne informacje o tym co robić dalej.

## KWARANTANNA

### **Czy musisz dostarczyć pracodawcy zaświadczenie, jeśli zostajesz poddawana/y kwarantannie?**

Tak, pracownik przebywający na kwarantannie musi dostarczyć zaświadczenie, wydawane przez zespół wykrywania zarażeń Wydziału Obrony Cywilnej.

Zgodnie z decyzją Minister Zdrowia osoby mogą same zarejestrować się na kwarantannę na stronie heilsuvera.is i otrzymać potrzebne zaświadczenie.



Aby zarejestrować się na stornie konieczne jest posiadanie tożsamości elektronicznej/ *rafræn skilríki*.

Osoby nieposiadające tożsamości elektronicznej muszą skontaktować się ze swoją przychodnią rejonową, która przekaże informacje o kwarantannie do odpowiedniego lekarza epidemiologa. O zaświadczenie o kwarantannie można ubiegać się emailem na adres [mottaka@landlaeknir.is](mailto:mottaka@landlaeknir.is) w tytule emaila należy napisać: **Staðfesting á sóttkví** (Zaświadczenie o kwarantannie)

### **Jeżeli jesteś na kwarantannie, czy pracodawca może od ciebie wymagać pracy w domu?**

Tak, pracodawca może wymagać od ciebie pracy w domu, gdy jesteś poddawany kwarantannie, jeżeli twoje zadania na to pozwalają.

### **Jakie prawa mają rodzice do pozostania w domu, jeżeli ich dziecko jest poddawane kwarantannie?**

Przełożony udziela informacji o wypłatach wynagrodzenia pracownikom będącym w domu z dziećmi, które odbywają kwarantannę.

Jeżeli dziecko jest w wieku poniżej 13 lat i jest poddawane kwarantannie, pracownik jest automatycznie rejestrowany na kwarantannie i zaświadczenie o kwarantannie dziecka obejmuje również pracownika. Indywidualnie pod uwagę będą brane również wnioski o urlop/urlop bezpłatny.

### **Co w sytuacji, gdy pracownicy mają rodziców lub krewnych w starszym wieku, którymi muszą się opiekować w domu?**

Niestety pracownicy, nie mają żadnych specjalnych praw dotyczących opieki nad rodzicami lub krewnymi z wyłączeniem dzieci. Jeżeli pracownik znajdzie się w takiej sytuacji, powinien porozmawiać o tym ze swoim przełożonym i wyjaśnić warunki możliwości nieobecności w pracy.

Nieobecność w pracy z powodu opieki upoważnia do skorzystania z urlopu lub urlopu bezpłatnego.



## GRUPY PODWYŻSZONEGO RYZYKA

### **Pracownicy z grupy podwyższonego ryzyka**

Prośby pracowników o możliwość nieprzychodzenia na miejsce pracy i/lub pracy w domu w wypadku, gdy należą do grupy podwyższonego ryzyka, i są narażeni na zarażenie lub posiadają partnera lub dzieci z grupy ryzyka (zgodnie z zaleceniami Inspektoratu Zdrowia) są rozpatrywane indywidualnie. Decyzja podejmowana jest z uwzględnieniem rodzaju wykonywanej pracy i warunków w miejscu pracy.

### **Jakie są moje prawa, gdy boję się przyjść do pracy z powodu strachu przed zarażeniem COVID-19?**

Pracownicy, którzy sami zdecydują się na kwarantannę, robią to na swój własny koszt i odpowiedzialność. Jeżeli zamierzasz samemu poddać się kwarantannie, skontaktuj się ze swoim przełożonym, aby powiedzieć mu o swoich obawach oraz aby twoja nieobecność w pracy została uwzględniona jako urlop lub urlop bezpłatny.

## OGRANICZONA LUB ZMIENIONA DZIAŁALNOŚĆ LUB ZAMKNIĘCIE MIEJSC PRACY

### **Czy mam przyjść do pracy, jeżeli działalność miejsc pracy ulegnie ograniczeniu lub zostaną one zamknięte z powodu zakazu zgromadzeń?**

Tak, pracownicy przychodzą do pracy i pracują nad zadaniami, które zdaniem przełożonego można wykonywać mimo ograniczeń w działalności, zmian godzin otwarcia lub zamknięcia miejsc pracy.

### **Czy zmianie ulegną moje zarobki, jeżeli działalność miejsca pracy ulegnie zmianie?**

Wypłaty wynagrodzenia w okresie ograniczonej działalności to stałe płatności za regularny czas prac.



Aby uzyskać dokładniejsze informacje porozmawiaj ze swoim przełożonym.

Dokładnych informacji na temat czasu pracy lub nieobecności z powodu COVID-19 udziela przełożony.

## Zakaz zgromadzeń

Miejsca pracy muszą ograniczyć ilość osób przebywających w jednym miejscu zgodnie z zaleceniami zakazu zgromadzeń oraz odległości 2 metrów pomiędzy osobami. Każde miejsce pracy dostosowuje te zalecenia indywidualnie do prowadzonej działalności.

Inne zalecenia dotyczą szkół i każda z nich indywidualnie dostosowuje się do zaleceń.

Funkcjonowanie stołówek również dostosowano do zaleceń zakazu zgromadzeń. Informacje przekazywane są indywidualnie do każdego miejsca pracy.

## Higiena i sprzątanie

Najlepszą ochroną przed zarażeniem jest dokładne mycie rąk mydłem.

- Zwiększono częstotliwość sprzątanania, jak również dezynfekcję powierzchni w przestrzeni publicznej. Spirytusowe środki do dezynfekcji są dostępne w wielu miejscach.
- Zwiększono częstotliwość sprzątanania szkół i przedszkoli zgodnie z zaleceniami Inspektoratu Zdrowia.
- Instrukcje dezynfekcji znajdują się we wszystkich stołówkach.

**Dziękujemy.** Każdy z nas należy do obrony cywilnej.