

# Vejledning om coronavirus og smitte- begrænsning på arbejds- pladser





## Indholdsfortegnelse

### 3 Sådan forebygger I smitte

- Bliv hjemme ved sygdomssymptomer
- Hold afstand
- Begræns samkørsel
- Hold personer/teams sammen
- Undgå unødigt berøring
- Arbejd hjemmefra
- Gør rent og desinficer
- Personlig hygiejne
- Velfærdsforanstaltninger/lokaler
- Værnemidler
- Sundhedsstyrelsens råd om smitteforebyggelse

### 6 Instruer medarbejderne og før tilsyn

### 7 Andre forhold

- Andre aktører/samarbejdspartnere
- Bygherres pligter

### 8 Få mere at vide

### 9 English version

3F Den Grønne Gruppe og Danske Anlægsgartnere har udarbejdet denne vejledning til virksomheder inden for anlægsgartner, indendørsbeplantning og golfbaner. 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 anlægsgartnervirksomheder, golfbaner og arbejde ved indendørsbeplantning. 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 sygdoms-symptomer

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

Sørg for, at der kan arbejdes med en afstand til hinanden på min. 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, fx ved fysisk anstrengelse, ophold i lukkede rum, dårlig udluftning m.v. Hold ligeledes afstand mellem de forskellige teams/arbejds-grupper.

Forskud 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, f.eks. 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 under alle omstændigheder for ordentlig afstand på min. 1-2 meter, god håndhygiejne og rengøring både før og efter mødet.

**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 spredning af smitte.

## Undgå unødigt berøring

Begræns deling af arbejdsredskaber. Er det ikke muligt, skal redskabernes kontaktpunkter rengøres. Rengøring med vand og sæbe kan løsne og fjerne snavs og mikroorganismer fra overflader. Almindelig rengøring er i de fleste tilfælde tilstrækkelig, men kan suppleres med desinfektion hvor almindelig rengøringsmidler ikke er tilstrækkelig.

Klude vaskes ved 80 °C eller kasseres efter brug. Det kan fx gøres ved, at de bliver lagt i en plasticpose, som lukkes og smides ud. 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 f.eks. rat, håndtag, tastatur m.m.)

## 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 m.m.

### 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

### Omklædningsrum

Omklædning bør foregå, så afstanden på min. 1 meter overholdes. Hold dog mindst 2 meters afstand, hvor der kan være øget risiko for dråbesmitte, fx ophold i lukkede rum med begrænset bevægelsesfrihed, dårlig udluftning m.v. Kontakthaver bør desinficeres umiddelbart efter brug.

### Toiletter

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

### Biler

Undgå så vidt muligt at flere bruger den samme bil. Hvis dette ikke er muligt, skal det sikres at hygiejne- og rengøringsrådene overholdes. Også hvad angår afstandskrav på 1 meter, eller 2 meter hvor forsigtighedsprincip tilsiger et særligt hensyn. Hvis bilen anvendes som spiseplads skal der sørges for desinficerende rengøring inden og efter pauser.

Værktøj m.m. skal aftørring med almindeligt rengøringsmiddel eller afsprittes inden det sættes på plads i bilen igen

### Frokostur/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. Ved buffet skal der være særligt fokus på rengøring af kontakthaver, herunder at der med fordel kan anvendes personlige redskaber, engangsredskaber eller portionsskåle ved selvserving.

## Arbejdsrum, fællesarealer, kontorfaciliteter m.m.

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 plasticpose, som efterfølgende lukkes og smides ud. Engangshandsker smides også ud straks efter brug.

Værnemidler skal rengøres og desinficeres både før og efter brug. F.eks. hjelm, briller, høreværn.

Desinficerende rengøring kan ske ved brug af:

- Almindelige rengøringsmidler
- Andre desinfektionsmidler som f.eks. afsprittingsmidler (70-85% sprit)

## Sundhedsstyrelsen råd om smitteforebyggelse

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

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

(Plakaten er udarbejdet på 7 forskellige sprog).

# 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

# Instruer med- arbejderne 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 forhold

## Andre aktører/ samarbejdspartnere

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

## Bygherrens pligter

Udarbejd en oversigt over, hvem der er på byggepladsen og hvornår.

Bygherren skal sikre koordinering og afgrænsning ift. at forebygge Covid-19. På byggepladser, hvor der kræves arbejdsmiljøkoordinator, skal dette ske via denne. Det gælder særligt i fællesområder, herunder fælles adgangsveje og velfærdsforanstaltninger.

Men bygherren skal også medvirke til, at arbejdsmiljølovgivningen kan overholdes på hele bygge- og anlægspladsen. Det betyder i den sammenhæng, at bygherre skal koordinere den samlede indsats bygherren og entreprenørerne imellem.

Fælles retningslinjer og aftaler er grundlag for et godt samarbejde på byggepladsen. F.eks. aftaler om frekvens af rengøring i alle velfærdsforanstaltningerne på pladsen, uanset om de er fælles eller ej.



### 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 min 1 meter. Hold dog mindst 2 meters afstand i situationer, hvor der kan være øget risiko for smitte.

### Den generelle anbefaling er

At chauffører – i det omfang det er muligt og efter aftale – sætter materialer af udenfor virksomheden/ arbejdsstedet og at de, der arbejder på virksomheden/arbejdsstedet, 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, f.eks. kan der anvendes billede- eller videodokumentation.

### Udenlandske medarbejdere

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). Oplysning om coronavirus på 27 forskellige sprog

Eventuelt udleveres vejledning ved ankomst til arbejdspladsen sammen med information om konkrete retningslinjer/aftale for smittebegrænsning på virksomheden (bilags-henvisning).

For yderligere information om bygherrens pligter se vejledning fra BFA Bygge og Anlæg: <https://www.bfa-ba.dk/sikkerhedsarbejdet/corona>



**Arbejdstilsynet har gennemset vejledningen og finder, at indhold, herunder tekst og billeder, der knytter sig til arbejdsmiljøforhold, opfylder de krav, der følger af arbejdsmiljølovgivningen.**

**Arbejdstilsynet har alene vurderet vejledningen, som den foreligger, og gør opmærksom på, at der kan være arbejdsmiljøproblemstillinger og -krav, der ikke er behandlet i vejledningen.**

**Arbejdstilsynet har gennemgået vejledningen i overensstemmelse med regler og praksis pr. 29. maj 2020.**

## Få mere at vide

**Pjece til medarbejdere og ledelse på virksomheder**

[Gode råd om ny coronavirus til arbejdspladser og virksomheder](#)

**Råd om vask af hænder**

**Anbefaling til arbejdsgiver**

[Gode råd om ny coronavirus til dig, der er arbejdsgiver eller personaleleder](#)

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

Anbefalinger og vejledning findes på engelsk

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

[Sundhedsstyrelsen:](#)

[Beskyt dig selv og andre](#)

[Få svar på spørgsmål om Coronavirus \(COVID-19\)](#)

[BAU Jord til Bord](#)

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

[dag.dk](http://dag.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.

**3F**

Fagligt Fælles Forbund  
Kampmannsgade 4  
1790 København V  
Tlf.: 70 300 300  
[www.3f.dk](http://www.3f.dk)

**Danske Anlægsgartnere**

Sankt Knuds Vej 25  
1903 Frederiksberg C  
Tlf.: 33 860 860  
[www.dag.dk](http://www.dag.dk)

