TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE COVİD-19 SALGINI İÇİN ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

Tarih: 24.04.2020

Revizyon:1

İÇİNDEKİLER

1. Genel Müdürümüzün Mesajı
2. İş Sağlığı Güvenliği Birimimizin Mesajı
3. Yeni Koronavirüs Nedir, Nasıl Bulaşır, Belirtileri Nelerdir, Korunmak için Ne Yapılır?
4. Virüsten Korunmak için Ellerin Doğru Yıkanması ve Önemi
5. Virüsün Psikososyal Etkileri ve Motivasyon
6. Evlerimizde Uymamız Gerekli Kurallar
7. Tesca Diniz Bünyesinde Uymamız Gerekli Kurallar
8. Doğru Maske Kullanımı
9. Doğru Eldiven Kullanımı
10. İşe Dönüş Öncesi Sağlık Anketi
11. İmza Föyü

Değerli arkadaşlar,

Hepimizin bildiği gibi daha önce hiçbirimizin şahit olmadığı çok zor bir dönemin içerisindeyiz. Covid-19 ister istemez hepimizin gündeminde ilk sıraya yerleşmiş durumda. Yediden yetmişe hepimizin azami derecede dikkatli olması gereken bu dönemde alınabilecek en önemli önlem, insanların birbiri ile temasını asgari düzeye indirmektir ve gerekli hijyen kurallarına kusursuz olarak uymaktır. Bunu sağlayabilmek için, Sağlık Bakanlığı ve Dünya Sağlık Örgütü'nün tavsiyelerine uyarak çalışma alanlarımızda bir takım önlemler aldık ve almaya da devam ediyoruz.

Umudumuz, bu salgının en kısa sürede kontrol altına alınması ve bu sürecin aileleirimiz, şirketimiz, ülkemiz ve tüm dünya için en az hasarla atlatılmasıdır. Bunun için de "bana birşey olmaz", "ben sağlıklıyım benden kimseye bulaşmaz" düşüncelerinden ivedilikle kurtulup önlem kurallarına tam bir uyum sağlamamız gerekmektedir.

Sizlerle güncel yönlendirmeleri ve haberleri paylaşıyor olacağız. Bu sayede, bu durumun da üstesinden geleceğimizden eminiz. Lütfen kendi sağlığınıza ve ailenize dikkat edin.

Sağlıklı ve güvende kalmanız dilklerimle.

Genel Müdür / Ali Kemal ALTIN

ÖNCE İŞ SAĞLIĞI GÜVENLİĞİ

Değerli çalışma arkadaşlarımız;

Hepimiz farklı bir dönemden geçiyoruz; alışkın olmadığımız, alışkanlıklarımızı değiştirdiğimiz bir dönem. Herkesin tek temennisi yaşam konforumuza bir an önce sağlık ile dönebilmek. Ancak bu süreçte her zamankinden daha fazla dikkatli, daha fazla önlem almamız gerekecek. Unutmamız gerekli bir şey var ki; kendimizi korursak ailemizi, çocuklarımızı, büyüklerimizi de korumuş olacağız.

Okuyacağınız bu kitapçıkta hepimiz için sağlıklı ve güvenli çalışma ortamını yaratabilmek için alınan önlemler ve uymamız gereken kurallar var. Bazı alışkanlıklarımızı değiştirmek zorunda kalsak da bu sürecin geçici olduğunu, amacımızın sağlıkla bu süreçten hep birlikte çıkmak olduğunu unutmamız gerekli.

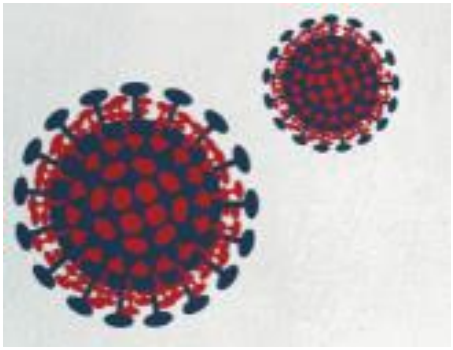
Yaşamımızı da devam ettirebilmek için üretmenin de ne kadar önemli olduğunu anladığımız bu günlerde hep birlikte, el ele olamasa da sosyal mesafemiz çerçevesinde bu günleri atlatacağız.

Mutlu, huzurlu, sağlıklı, güvenlikli günler dileriz.

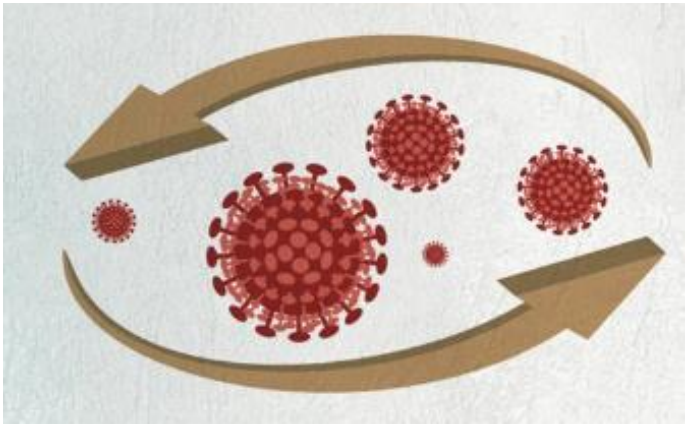
Tesca Diniz İş Sağlığı Güvenliği Birimi

YENİ KORONAVİRÜS NEDİR, NASIL BULAŞIR?

- Yeni Koronavirüs solunum yolu enfeksiyonu yapan bir virüstür.



- Hasta kişilerin öksürme veya hapşırmayla ortaya saçtığı damlacıkların ortamdaki diğer bireylerin ağız, burun ve gözlerine temasıyla, damlacıkların yapıştığı yüzeylere dokunduktan sonra ellerin ağız, burun veya göze götürülmesiyle bulaşabilmektedir.



YENİ KORONAVİRÜS BELİRİLERİ NELERDİR?

- En çok karşılaşılan belirtiler ateş, öksürük ve solunum sıkıntısıdır.
- Şiddetli vakalarda zatürre, ağır solunum yetmezliği, böbrek yetmezliği ve ölüm gelişebilir.
- Yeni Koronavirüsün kuluçka süresi 2 ila 14 gündür.



KORUNMAK İÇİN NELER YAPILIR?

Akut solunum yolu enfeksiyonlarının bulaşma riskini azalmaya yönelik öneriler, yeni koronavirüs enfeksiyonu için de geçerlidir.

- Öksürme veya hapşırma sırasında ağız ve burun tek kullanımlık mendille kapatılmalı, mendil yoksa dirseğin iç kısmı kullanılmalıdır.
- Tokalaşma ve sarılmadan kaçınılmalıdır.
- Olabildiğince kalabalık oramdan uzak durulmalıdır.
- Kirli eller ile ağız, burun ve gözlere dokunulmamalıdır.





VİRÜSTEN KORUNMAK İÇİN ELLERİN DOĞRU YIKANMASI VE ÖNEMİ



- Kirli ya da mikroplu bir yüzeye dokunmak ellerin kirlenmesine neden olur. Kirli ellerin ağız, burun ve gözlere teması covid-19 ile birlikte birçok hastalığın bulaşmasına neden olur. Elleri sık-sık sabunla yıkamak ishali yarı yarıya, solunum yolu enfeksiyonlarını ise üçte biri azaltır.
- Eller yıkanmadan ağız, burun ve gözlerle temas edilmemelidir.
- El temizliğine dikkat edilmelidir. Eller en az 20 saniye boyunca sabun ve suyla yıkanmalı, sabun ve suyun olmadığı durumlarda alkol bazlı el antiseptiği kullanılmalıdır.
- Elde var olan herhangi bir kesiden mikroorganizmalar kan dolaşımına girmesine ve enfeksiyon gelişmesine neden olabilir.
- Elimizde kesi var ise eldiven kullanılması gereklidir.

VİRÜSTEN KORUNMAK İÇİN ELLERİN DOĞRU YIKANMASI VE ÖNEMİ

Eller en az aşağıdaki durumlarda yıkanır;

- İşe başlamadan önce,
- Tuvaletten önce ve sonra,
- Öksürüp hapşırdıktan ve mendil kullandıktan sonra,
- Saçlar ellendikten sonra,
- Çiğ yiyeceklerle temastan sonra,
- Kirli araç gereçlere ve çalışma yüzeyleri v.b. dokunduktan sonra,
- Ortak kullanılması gereken araç ve gereçlere dokunduktan sonra,
- Para elledikten sonra v.b. elleri yıkayınız.
- Ayrıca sigara kullanmayınız, kullanıyorsanız sigara içmeden önce ve sonra ellerinizi yıkayınız,

VİRÜSTEN KORUNMAK İÇİN ELLERİN DOĞRU YIKANMASI VE ÖNEMİ

1. Ellerinizi suyla ıslatın. Yıkama esnasında suyun boşuna akmaması için suyu kapatın.



2. Tüm el yüzeyinizi kaplayacak kadar sabun uygulayın.



3. Avuç içlerinizi ovun.



4. Sağ avuç içi ve birbirine geçirilen parmaklarla sol elinizin üstünü yıkayın. Aynı hareketi sağ eliniz için de yapın.



5. Avuç içleri birbirine bakacak şekilde, parmaklarınızı birbirine geçirerek yıkayın.



6. Parmaklar birbirine kenetlenmiş bir şekilde avuç içlerinizi yıkayın.



VİRÜSTEN KORUNMAK İÇİN ELLERİN DOĞRU YIKANMASI VE ÖNEMİ

7. Sağ avcunuzla sol baş parmağınızı yıkayın. Aynı hareketi sağ parmağınızda da deneyin.

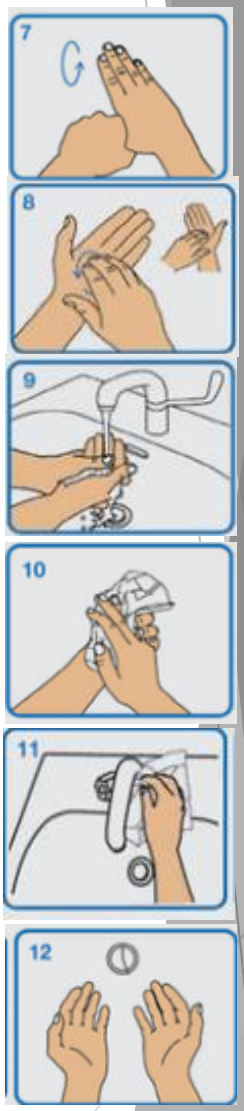
8. Avcunuzun içini ters daireler çizecek şekilde yıkayın.

7. Ellerinizi suyla durulayın.

8. Ellerinizi kağıt havluyla kurutun.

9. Musluğu kapatmak için kağıt havlu kullanın.

10. 0-30 saniye sonra elleriniz artık temiz.





VİRÜSÜN PSİKOSOSYAL ETKİLERİ VE MOTİVASYON

- Yeni koronavirüs (COVID-19) pandemisi bütün dünyayı ele geçirmiş ve tüm insanlığın tek gündemi haline gelmiş durumda. Bu yaşadığımız, bugüne kadarki son önemli salgın ama ilki değil.
- Düşünün ki bir salgın sırasında küçük bir köyde yaşıyorsunuz. Köyünüze hiç tanımadığınız biri gelse, o kişiye misafirperverlik gösterme ihtimaliniz, salgın olmadığı zamanlara göre daha az olmaz mı? Çünkü dışarıdan gelen herkes hastalık kaynağı olabilir. Dolayısıyla tanımadığınız kişilere karşı daha mesafeli olursunuz. Günümüzde olan da tam olarak bu değil mi?
- Ölüm tehlikesi yaratan salgınlar 'içe kapanma' ve dış gruplarla araya mesafe koyma davranışını artırır. Bu sebeple salgınların tarih boyunca daha yoğun yaşandığı kültürler, grup içi ilişkilerine yoğunlaşarak 'kendi köylerine' kapanır. Grup içi ilişkiler yoğunlaşır ama 'yabancılarla' ilişkiler daha mesafelidir.
- COVID-19 salgını etkisiyle kültürler daha sıkı hale gelebilecekleri gibi daha sıkı yapıda olan kültürler de salgına karşı daha etkili mücadele ediyor olabilir. Bunun bir sebebi sıkı kültürlerde sosyal izolasyona ve sokağa maskeyle çıkma gibi kurallara daha sıkı sıkıya uyulması olabilir.

VİRÜSÜN PSİKOSOSYAL ETKİLERİ VE MOTİVASYON

KORKU, KAYGI, İĞRENME

Korku ve kaygı dışında, hayatta kalma içgüdümüzle derinden ilişkili bir başka duygumuz daha var: İğrenme. Nelerden iğreniriz? Bir başkasının vücut sıvıları, bozulmuş yiyecekler v.b. Hepsinin ortak noktası, potansiyel hastalık yuvası olmaları. İğrenme hissi bizi bunlardan otomatik olarak uzak tutar ki hastalanmayalım. Dolayısıyla, iğrenme hastalık bulaşma ihtimalini minimize eden bir evrimsel mekanizmadır. Hastalık kaygısıyla boğulduğumuz bugünlerde de normalde iğrenmediğimiz birçok şeyden uzak durmaya başladık.

Sırf başkaları da dokunuyor diye **asansör** düğmesine basamaz, **marketteki ürünlere** bile dokunamaz olduk. Diğer insanlardan, özellikle hasta olduğundan şüphelendiklerimizden iğrenmeye, mümkün olduğunca uzaklarında durmaya başladık. Bu her ne kadar fiziksel sağlık açısından mantıklı olsa da, başkalarına güvensizlik hissini oluşturup özellikle de yabancı görünen insanlara ayrımcılığı artırmaktadır.

VİRÜSÜN PSİKOSOSYAL ETKİLERİ VE MOTİVASYON

Salgın döneminde moral ve motivasyonumuzu artırmak için;

- İnanmak: İnsanın hayatı süresince verdiği en büyük mücadele kendisi ile yaptığı mücadeledir. Biz kendimize inanır ve güvenirsek, çevremizdekiler de bize inanır, güven duyar. Motivasyon için inancımızın ve özgüven duygumuzun güçlü olması gerekir. “Ben bunu yapabilirim, bu beceriye sahibim, bu işe başlayabilir ve başarıyla sonuçlandırabilirim.” düşünceleriyle kendimize inanarak başladığımız işlerde çok daha hızlı, verimli ve başarılı sonuçlar alabiliriz.
- Yaşadığımız sıkıntı ve üzüntülerin geçici olduğunu, amacımızın bu süreçte kendimizi, ailemizi ve sevdiklerimizi korumak olduğunu unutmamalıyız.
- Bir şey olmaz deyip, sonrasında pişman olmamak için tüm önlemleri kendimiz, ailemiz ve sevdiklerimiz için almalıyız.
- Hayatımızda olabilecek iniş-çıkışlar ve hastalıklar karşısında güçlü ve hazırlıklı olabilmek için ruhsal ve bedensel bağışıklığımıza, doğru beslenmeye ve uyku düzenine dikkat etmeliyiz.
- Değişimlere açık olmalıyız. Gerekli değişimlerin; değişen şartlara adapte olmak ve ayakta kalabilmek için yapılması gerektiğini unutmamalıyız.

EVLERİMİZDE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

- Yurt dışına çıkmayın. Seyahatlerinizi iptal edin ya da erteleyin.
- Çıktıysanız, dönüte ilk on dört günü evde geçirin.
- Aile üyelerini korumak için evde kendinizi izole edin.
- Evde geçen süre boyunca ziyaretçi kabul etmeyin.
- İzole edilmiş kişinin odasına maskesiz girmeyin.
- Odalarınızı sık sık havalandırın.
- İnsanlarla, özellikle yaşlılar ve kronik hastalıkları olanlarla temas kurmaktan kaçının.
- Ellerinizi sık sık, su ve sabun ile en az yirmi saniye boyunca ovarak yıkayın.
- Kapı kolları, armatürler, lavabolar gibi sık kullandığınız yüzeyleri su ve deterjanla her gün temizleyin.
- Havlu gibi kişisel eşyalarınızı ortak kullanmayın.
- Kıyafetlerinizi 60-90^{O}C'de normal deterjanla yıkayın
- Bol sıvı tüketin, dengeli beslenin, uyku düzeninize dikkat edin.
- Evden çıkmak zorunda kalırsanız mutlaka maske takın.
- Düşmeyen ateş, öksürük ve nefes darlığınız varsa, maske takarak bir sağlık kuruluşuna başvurun.

EVLERİMİZDE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

- Bol sıvı tüketin, dengeli beslenin, uyku düzeninize dikkat edin.
- Evden çıkmak zorunda kalırsanız mutlaka maske takın.
- Düşmeyen ateş, öksürük ve nefes darlığınız varsa, maske takarak bir sağlık kuruluşuna başvurun.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

SERVİS KURALLARI

- Servisi beklerken durakta 1,5m sosyal mesafe kuralına uyunuz.
- Her gün iş çıkışında bir sonraki gün kullanmak üzere maske verilecektir. Maskeyi evden çıkmadan önce mutlaka takınız.
- Tüm çalışanlara 2 adet (1 adeti kullanılmış maskeleri muhafaza etmek için, bir diğeri kullanılmamış maskeleri muhafaza etmek için) kilitli poşet verilecek olup, aldığınız maskeleri bu poşetlerin içinde muhafaza ediniz. Poşetler 1 kez verilecek olup, poşetlerin temiz kalmasını sağlayınız, temiz maskeleri kullanılmış maske poşetin içine koymayınız.
- Servise binerken serviste bulunan el dezenfektanı ile ellerinizi dezenfekte ediniz.
- Servislerde güvenli seyahat sağlamak amacı ile birer boşluk bırakarak ve çapraz olacak şekilde oturunuz. Servislerde doluluk oranı %50 olacak şekilde organize edilmiştir. Sabah servis kullanırken servise ilk binen personel en arka koltukta, sonrasında birer boşluk bırakarak çapraz koltuklara oturunuz. Akşam servisi kullanırken yine aynı yerlere oturunuz.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

SERVİS KURALLARI

- Servisler haftalık olarak yetkili şirket tarafından dezenfekte edilmekte ve sizleri almaya gelmeden önce şoför tarafından uygun dezenfektan sıkılarak dezenfekte edilmektedir. Yine de servislerde yüzeyleri temastan kaçınınız.
- Şoför yanına oturmak yasaktır.
- Servisten inerken 1,5 m sosyal mesafe kuralına uyunuz.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

ARACINIZ İLE FİRMAYA GELİYORSANIZ

- Çalışma arkadaşlarınız ile tek araç ile firmaya gelecekseniz araç içerisinde maksimum 3 kişi ve yine maske ile araçta seyahat ediniz. Şoför yanına kimse oturmamalı, arkada arada mesafe bırakarak maksimum 2 kişi oturmalıdır.
- Tek kişi olarak şirkete gelirseniz yine araçtan çıkmadan mutlaka maskenizi takınız.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

FİRMAYA GİRERKEN UYMAMIZ GEREKEN KURALLAR

- Servislerden indikten sonra turnikelerden geçerken 1,5m sosyal mesafe kuralına uyun. Yüzeylere temastan kaçının.
- Güvenlik tarafından ateş ölçümü yapılacak olup, 37,5 ^{0}C üzerinde ateşli olanlar sağlık kuruluşuna yönlendirilecektir. Ateş ölçümü sırasında sosyal mesafe kuralına uyun, maskenizi çıkarmayın.
- Yine sosyal mesafe aralığında soyunma odalarına gidin.
- Ofislere gidecek personeller ellerini yıkadıktan ve dezenfekte ettikten sonra ofislere giriniz.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

SOYUNMA ODALARI VE TUVALETLERDE UYMAMIZ GEREKEN KURALLAR

- Soyunma odasına girmeden önce el dezenfektanı ile ellerinizi dezenfekte edin.
- Soyunma odaları periyodik olarak yetkili firma tarafından dezenfekte edilmektedir. Bunula birlikte her vardiya kullanım sonrası uygun dezenfektanlar ile ayrıca IK tarafından dezenfekte edilmekte ve havalandırılmaktadır. Yine de gereksiz yüzeylere temastan kaçınılmalı, kısa sürede soyunma odaları terk edilmelidir.
- Soyunma odalarında maksimum bulunacak kişi sayısı aşağıdaki gibi belirlenmiştir;

Erkek Soyunma Odası ; Maksimum 30 kişi

Bayan Soyunma Odası ; Maksimum 25 kişi

Soyunma odaları içerisinde maksimum kişi sayıları aşılmamalı, sıra ile soyunma odaları kullanılmalıdır.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

SOYUNMA ODALARI VE TUVALETLERDE UYMAMIZ GEREKEN KURALLAR

- Soyunma odası içerisindeyken ve elleri yıkarken sosyal mesafe kuralına uyulmalı, maske çıkartılmamalıdır. Eğer kıyafet değişiminde çalışma arkadaşınız ile yan yana dolaplara denk gelmeniz söz konusu ise bekleyin ya da 1,5m sosyal mesafe kuralına uyarak giyinin.
- İş kıyafetleri ile günlük kıyafetleriniz aynı yere konulmamalı, gerekirse poşet içerisinde muhafazası sağlanmalıdır. Önemli olan dışardan içeri, içerden dışarı taşıyıcı olmamaktır.
- İş kıyafetleri sık sık yıkanmalıdır. Yıkama sıklığı arttırılmalıdır, mümkünse her gün yıkanmalıdır.
- Soyunma odalarını terk etmeden önce sıra ile sosyal mesafe kuralına uyarak en az 20 sn ellerinizi yıkayınız.
- Soyunma odalarını ve tuvaletleri terk ederken ve çalışma alanınıza giderken maskenizi çıkarmadan 1,5 m sosyal mesafe kuralına uyunuz.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

ÇALIŞMA ALANLARIMIZDA UYMAMIZ GEREKEN KURALLAR

- Maske ile çalışmaya devam ediniz. Yemeğe giderken kullandığınız maskeleri sadece tanımlı atık kutularına atınız. Yemekhaneden çıkarken verilen yeni maskeleri takınız.
- Çalışma alanında 1,5 metre sosyal mesafe alanını sağlayamadığımız yerlerde baş bantlı siperlikler kullanılacaktır. Siperlikleri kullanırken maskelerinizi çıkarmayınız.
- Siperlik kullanılması öngörülen yerler;

Üretim; Karosel, pad, el fren vites,

IK; Güvenlik,

Tedarik Zinciri; Sevkiyat ve giriş ofisler pc operatörleri v.b.

- Çalışma alanlarında kişi sayısını azaltmak, sosyal mesafeleri mümkün mertebe sağlayabilmek için üretim 3 vardiya olarak düzenlenmiştir. Ortak amacımız önce iş sağlığı güvenliğidir.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

ÇALIŞMA ALANLARIMIZDA UYMAMIZ GEREKEN KURALLAR

- Eğer çalıştığınız alanda kullanılması gereken FFP2 v.b. toz/kimyasal soluma önleyici maske var ise tek kullanımlık maskenizi size verilen «Kullanılmış Maske Poşeti» olarak tanımlanmış poşetin içine koyunuz. Yine işiniz bittiğinde bu maskeyi kullanınız.
- Beyaz - Gri – Mavi yaka tüm çalışma arkadaşlarımıza uygun kaplarla dezenfektanlar verilecektir. İlk olarak çalışma alanına gelince çalışma alanını (atölye, ofis v.b.), çalışma ekipmanlarını (masa, el aletleri, bilgisayar, telefon, mause, tezgah üzerinde dokunulan alanlar v.b.) dezenfektan ile dezenfekte ediniz. Sonrasında mutlaka ellerinizi dezenfekte etmeyi unutmayınız.
- Çalışırken tarafınıza verilen el aletlerini (cetvel, metre, tığ v.b.) ortak kullanmayınız. Hastalıkların temas yüzeyinden bulaştığını unutmayınız. Çalışma arkadaşlarımız; tarafımıza verilen el aletlerini bir kez kullanmak için isterse vermemeli, eksik el aleti var ise ilk amirimizden tedariği için destek istemeliyiz. Bu kapsamda **kalem** gibi yine yüzeyden bulaşma riski olan tarafınıza verilen hiçbir alet, ekipmanı ortak kullanmamalıyız.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

ÇALIŞMA ALANLARIMIZDA UYMAMIZ GEREKEN KURALLAR

- Bununla birlikte bakım, üretim hatlarında ortak kullanımı zorunlu olan el aletleri mevcuttur. (Bakım; boru anahtarı, ingiliz anahtarı, levye, çekiç, iki ağızlı anahtar takımı, pense, yan keski, yıldız torna vida, düz tornavida, alyan takımı, şarjlı matkap, elektrikli el aletleri ve ölçü aletleri, demir testere v.b., Üretim; bilgisayar, sıcak hava tabancası, el terminalleri, yazıcı, plc panoları, terazi v.b.)
- Bu el aletlerinin bazıları İSG kapsamında belirlenmiş kişisel koruyucu donanım olan eldivenler ile kullanılmaktadır. Bu el aletlerini kullanırken mutlaka tanımlı KKD olan eldivenlerinizi kullanınız.
- Ancak herhangi bir KKD kullanımı öngörülmemişse ortak kullanılan ekipmanları mümkün ise kullanımdan önce dokunulan alanları streçleyerek kullanınız. Kullanım tamamlandıktan sonra streç atıklarını tanımlanmış gri konteyner olan ‘Maske ve Eldiven’ atık konteynerına atınız.
- Mutlaka ortak temas noktalarına dokunduktan sonra ellerinizi en az 20 sn su ve sabun ile yıkayınız, mümkün değil ise en az 10 sn el dezenfektanı ile ovunuz.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

ÇALIŞMA ALANLARIMIZDA UYMAMIZ GEREKEN KURALLAR

- Çalışma süresi boyunca her saat zil çalacaktır. Bu zil ellerin dezenfekte edilmesi gerektiği, gerekirse yıkanması gerektiğini hatırlatmak için çalınmaktadır. Elleri temiz tutmanın hastalıkları önlemedeki 1. şart olduğunu unutmamalıyız.
- İdari binada bulunan personel asansörü salgın süresi boyunca kapalı olacaktır.
- Vardiya sonrasında yapılan rutin temizliklerin ne kadar önemli olduğu unutmayınız. Temizlik sonrası mutlaka ellerinizi su ve sabunla en az 20 sn yıkayınız.
- Su sebilleri ortak temas noktaları olduğu için salgın boyunca kapalı olacaktır. Bu sebeple IK tarafından tüm personele su dağıtımı yapılacaktır.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

YEMEKHANE KURALLARI

- Yemekhane kullanım kapasitesi %50 olacak şekilde yemek molaları ve vardiyalar düzenlenmiştir. Lütfen belirlenen saatlerde yemekhaneyi kullanınız. Yemekhanede sağlıklı oturma düzeni için; birer boşluk bırakacak şekilde çapraz oturum sağlayınız.
- Çalışma alanından yemekhaneye giderken maskenizi çıkarmayınız.
- Molaya çıkışta var ise eldivenleri çıkardıktan ellerinizi dezenfekte ediniz, yüz sperliği kullanıyorsanız, sperliği dezenfekte ettikten sonra size verilen poşetlere temiz bir şekilde koyunuz. Çıkardığınız tek kullanımlık eldivenlerinizi gri 'eldiven maske atık' konteynerına atınız. Yemekhaneye gidene kadar tek kullanımlık maskenizi çıkarmayınız. Eğer diğer toz/kimyasal maskesi kullanıyorsanız, çıkardıktan sonra tek kullanımlık maskenizi giyerek yemekhaneye doğru gidiniz.
- Çalışma alanından yemekhaneye gitmeden önce mutlaka ellerinizi su ve sabun ile en az 20 sn yıkayınız.
- Yemekhaneye giderken sosyal mesafe 1,5m kuralına uyunuz.
- Yemekhaneye girerken maskenizi gri 'eldiven maske atık' konteynerına atınız ve ellerinizi el dezenfektanı ile dezenfekte ediniz.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

YEMEKHANE KURALLARI

- Ortak kullanım alanları olan salata bar v.b. kaldırılmıştır, yemekler kapalı kapta gelmesi sağlanmıştır. Durumun geçici olduğunu, amacımızın sağlık olduğunu unutmamalıyız.
- Yemekhanede sırada 1,5m sosyal mesafe kuralına uyunuz.
- Molalar yemekhanede en az kişi olacak şekilde düzenlendiğinden lütfen gereksiz vakit kaybetmeden yemekhaneden ayrılınız.
- Yemekhaneden ayrılırken size verilen maskeyi takınız. Ellerinizi yıkadıktan sonra çalışma alanına geri dönünüz.
- Yemek molalarında firma dışına çıkmak salgın döneminde yasaklanmıştır.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

ÇAY MOLALARI

- Çay mola alanları en fazla ortak temas noktaları olduğundan salgın boyunca çay servisi olmayacaktır. Bu günlerin geçici olduğunu, sağlıklı bir şekilde salgın dönemi geçirmek olduğunu unutmamalıyız.
- Çay mola alanlarındaki tabure, masalar ve otomatlar yine bu süreçte kaldırılmıştır. Amacımız ortak temas olan yerleri minimize etmektedir.
- Sigara kullanımı özellikle hastalıkların daha ciddi seyretmesine neden olduğu bilimsel olarak açıklanmıştır. Lütfen sigara kullanmayınız. Eğer kullanıyorsanız gerekli kurallara mutlaka uyunuz.
- Çalışma alanından çıkmadan önce maskenizi çıkarmayınız. Sigara içme alanında maskenizi çıkartıp verilen «Kullanılmış Maske Poşeti'ne» koyup, sigara içtikten sonra maskenizi yine takınız.
- Çalışma alanından ayrıldıktan sonra sigara içme alanına gitmeden ellerinizi mutlaka en az 20 sn su ve sabunla yıkayınız, Yine sigara içtikten sonra da çalışma alanına gelmeden mutlaka ellerinizi yıkayınız.
- Sigara içerken mutlaka 1,5 m sosyal mesafe kuralına uyunuz, uymayan çalışma arkadaşlarınızı uyarınız.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

TOPLANTILAR

- Toplantılar en aza indirilmelidir, çok zorunlu değilse yapılmamalıdır. Yapılması zorunlu ise;
- Eğer fazla katılımcı gerekiyorsa telekonferans şeklinde yapınız.
- Toplantı odasında otururken 1,5 m sosyal mesafe kuralına uyunuz.
- Toplantıya girmeden önce toplantı salonunun bir önceki toplantıdan sonra uygun dezenfektan ile dezenfekte edildiğinden ve havalandırıldığından emin olunuz. Toplantı katılımcısı iseniz toplantı yöneticisinden mutlaka kendi sağlığınız için sorgulayınız.
- Toplantılarınızı planlar iken; toplantı odasının dezenfeksiyonunun sağlanması için iki toplantı arası en az 30 dk boşluk bırakınız.
- Mümkün ise toplantı süresi boyunca toplanı ofisinin havalandırılmasını sağlayınız.
- Toplantı öncesi ellerinizi su ve sabun ile mutlaka yıkayınız.
- Toplantı boyunca maskenizi çıkarmayınız.
- Toplantıyı en az sürede tamamlamaya çalışınız.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

TOPLANTILAR

- Toplantı yöneticisi iseniz; toplantı çıkışında toplantı ofisini havalandırmalı, toplantının tamamlandığı ve dezenfekte edilmesi gerektiğini idari işler bölümüne veya temizlik sorumlularına bildiriniz.
- Toplantıya girerken ve ayrılırken 1,5 m sosyal mesafe kuralına uyunuz.
- Toplantı çıkışı ofise/çalışma alanına gitmeden önce ellerinizi mutlaka yıkayınız.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

OFİSLERDE UYULMASI GEREKEN KURALLAR

- İşe geldiğiniz de ofislere girmeden önce mutlaka ellerinizi yıkayınız.
- Ofise girdikten sonra ilk iş camları açarak doğal havalandırma sağlayınız. Masa, bilgisayar, mause, tarafınıza verilen el aletlerini kullanmadan önce size verilen dezenfektan ile dezenfekte ediniz.
- Ofise girerken ve masanızda çalışırken maskenizi çıkarmayınız.
- Saat başı çalan zilde elleriniz ile birlikte telefonunuzu dezenfekte etmeyi unutmayınız.
- Bilgisayarınızı, telefonunuzu, tarafınıza verilen el aletlerini bir başkası tarafından kullanılmasına asla izin vermeyiniz.
- Masaların önünde 1,5 m sosyal mesafe kuralına uyunuz, uymayan olursa uyarınız.
- Ofislerde gereksiz kalabalık oluşturmayınız.
- Ofislerde gereksiz yere konuşmayınız.
- Ofislerin kapılarını açık bırakınız.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

TAŞERON ÇALIŞMALARI, MÜŞTERİ / TEDARİKÇİ / ZİYARETÇİ KABULLERİ VE ZİYARETLER

- Firma dışından dış temas; bulaşma riskini arttırdığı için taşeron çalışmaları, taşeron-müşteri-tedarikçi ziyaret ve kabulleri yasaklanmıştır.
- Ancak zaruri hallerde üst yönetim onayı ile kabul edilecektir.
- Üst yönetim onayı ile firmaya gelen taşeron-müşteri-tedarikçi ve ziyaretçiler;

- Mutlaka firmaya girmeden önce maske takmasını isteyiniz. Maskesiz kimse içeri alınmamalıdır.
- Kişilerin güvenlik kapısından içeri girmeden ve içerden çıkarken ellerini dezenfekte etmesi zorunludur.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

TAŞERON ÇALIŞMALARI, MÜŞTERİ / TEDARİKÇİ / ZİYARETÇİ KABULLERİ VE ZİYARETLER

- Üst yönetim onayı ile tedarikçi-müşteri ziyareti yapılacak ise;
- Araçta maksimum 3 kişi maske ile seyahat edebilecektir.
- Maske hiçbir şekilde yolda ve müşteri-tedarikçi firmasında çıkartılmayacaktır.
- Tokalaşamamalıdır, ortak ekipman kalem v.b. kullanılmamalıdır.
- Tarafınıza verilen el dezenfektanı yanınızda bulundurulmalıdır. Ortak temas noktalarına dokunduktan sonra su ve sabun ile en az 20 sn eller yıkanmalı, yıkanması mümkün olmayan durumlarda el dezenfektanı ile dezenfekte edilmelidir.
- Firmaya döndükten sonra eller mutlaka su ve sabun ile yıkanmalıdır.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

İDARİ KABUL, SEVKİYAT VE GÜVENLİK GİBİ DIŞ TEMASI OLAN ALANLARINDA EKSTRA ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

- Fabrika dışında kişilerle birebir temas kuran kişiler mutlaka maske ile birlikte yüz sperliği kullanmalıdır. Bununla birlikte tüm işlemlerde 1,5 m sosyal mesafe kuralına uyunuz.
- Eller sık sık yıkanmalı, mümkün değil ise dezenfekte edilmelidir. (Özellikle kağıtların imzalanması sonrası)
- Kalemler kesinlikle ortak kullanılmamalıdır.
- Eğer şoförler maske kullanmıyorsa araçtan çıkmalarına, güvenlik noktalarına girmelerine izin verilmemelidir.
- Eğer karşınızdaki kişilerin hasta olduğundan şüpheleniyorsanız mutlak suretle uzak durunuz ve herhangi bir işlem yapmasına izin vermeyiniz, ilk amirinize bilgi veriniz.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

DEZENFEKTASYON – TEMİZLİK – ATIK YÖNETİMİ VE ATIK BOŞALTIMI KURALLARI

- Firmamız belirlenen periyotlarla yetkili dezenfekte firması tarafından dezenfekte edilmesi sağlanmaktadır.
- Tuvaletler, soyunma odaları, kapı kolları v.b. ortak kullanım alanları ile ortak temas noktaları sürekli dezenfekte edilmekte veya temizlenmektedir.
- Kişisel olarak ortak temas noktalarına temastan kaçınmanın önemini unutmayınız.
- Eldiven-maske-streç atıklarınızı firmada belli yerlere koyulan Gri «ELDİVEN ve MASKE» atık konteynerına atınız. Farklı konteynerlara atılması **yasal** uygunsuzluğa, sağda solda bırakılması, yerlere atılması **bulaşma riskine** neden olabileceğini unutmayınız.



TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

DEZENFEKTASYON – TEMİZLİK – ATIK YÖNETİMİ VE ATIK BOŞALTIMI KURALLARI

- Eldiven ve maske atık konteynerını boşaltan sorumlu temizlik personeli tarafından 3/4 ü dolduktan sonra ağzı kapatılıp 2 poşete geçirdikten sonra atık sahasında tanımlı alana bırakmalıdır. Poşetler burada 72 saat bekletildikten sonra OSB evsel atık aracına teslim edilmelidir. Atık poşetlerini elleçleyen personel eldiven, maske ve tulum (konteyner içindeki poşet değişimi sırasında) kullanmalı, elleçleme sonrası bu eldiven, maske ve tulumu çıkarıp, ellerini yıkayıp, yeni tek kullanımlık maske takmalıdır. Çıkartılan ekipmanlar yine Gri «Maske ve Eldiven Atık» konteynerına atılmalıdır.
- Eğer konteynerın ¾ ü dolmuş ise poşet değiştirilmek üzere lütfen temizlik personellerine bilgi veriniz.
- Maske, eldiven atıklarınızı atarken gri konteynera, diğer atıklarınızı atarken ilgili renkteki konteynerlara değmeden atınız.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

FİRMADAN AYRILIRKEN UYULMASI GEREKEN KURALLAR

- Maskenizi çalışma alanından ayrılırken, ellerinizi yıkarken, firmadan ayrılırken, dönüş servisinde ve eve gidene kadar çıkarmayınız.
- Firmadan ayrılırken size verilen yeni maskeyi bir sonraki gün evden çıkarken takmak için mutlaka yanınızda bulundurunuz, evde unutmayınız.
- Firmadan ayrılırken, servis alanında, servisten inerken 1,5 m sosyal mesafe kuralına uyunuz.
- Servislerde gelirken uyulan kurallara dönüşte de riayet gösteriniz.
- Eve vardığınızda aile bireylerinin yanına gitmeden önce ilk olarak maskenizi çıkarınız ve atınız, ellerinizi en az 20sn su ve sabun ile yıkayınız. Üzerinizi değiştiriniz ve tekrar ellerinizi yıkadıktan sonra kendinizi iyi hissediyorsanız aile bireylerinin yanına gidiniz.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

DİĞER KURALLAR

- Eğer evde, çalışma alanı dışında kendinizi hasta hissediyorsanız, maske takarak en yakın sağlık kuruluşuna gidiniz ve iş yerini bilgilendiriniz.
- Çalışma süresi boyunca kendinizi hasta hissetmeye başlarsanız mutlaka ilk amirinize söyleyiniz.
- Öksürme ve hapşırma durumlarında ağız ve burun tek kullanımlık mendil ile kapatılmalı, mendil kullanılmayan durumlarda dirseğin iç tarafı kullanılmalıdır. Eller yüz bölgesine temas ettirilmemelidir. Öksürme ve hapşırma sonrası eller mutlaka su ve sabun ile yıkanmalı ya da el dezenfektanı ile dezenfekte edilmelidir.
- Ellerini yıkamak gerektiğinde ideal olarak sabun ve su kullanılmalıdır. Sabun ve su yoksa tarafınıza verilen ya da firma içerisinde asılı el dezenfektanını kullanılmalıdır. Yeterince antiseptik kullandığından emin olmak için kurumadan önce ellerini 10 saniyeden fazla ovulmalıdır.

TESCA DİNİZ BÜNYESİNDE VE UYMAMIZ GEREKLİ KURALLAR

DİĞER KURALLAR

- Maske takmayan, sosyal mesafe kuralına uymayan çalışma arkadaşlarınızı görürseniz mutlaka uyarınız. Unutmayın, uyarmak değil, uyarmamak hatadır.
- El teması ile şakalaşmayınız, tokalaşmayınız. Bu günlerin geçici olduğunu unutmayınız.
- Moralinizi yüksek tutunuz. Gerekli kurallara hep birlikte uyarak bu günleri sağlıkla atlatabileceğimizi unutmayınız. **Her bir çalışanın kurallara uymasının;** tüm çalışanlar, ailelerimiz ve toplumun diğer fertleri için de önemli olduğunu unutmayınız.

DOĞRU MASKE KULLANIMI

- Maskeyi takmadan önce ellerinizin temiz olduğundan emin olunuz. Mutlaka maskeyi takmadan önce ellerinizi yıkayınız, mümkün olmadığı yerlerde dezenfekte ediniz.
- Maskenin yüzeyine dokunmayınız.
- Tek kullanımlık maskeleri iplerinden tutarak kulaklarınıza geçiriniz.
- Toz ve kimyasal maskeleri kullanıyorsanız kesinlikle giyerken yüzeyinize temas eden noktalarına dokunmayınız.
- Dağıtılan maskeleri kutulardan alırken sadece iplerinden tutunuz.
- Aldığınız maskede deformasyon olup olmadığını göz ile kontrol ediniz. Var ise yenisini isteyiniz.

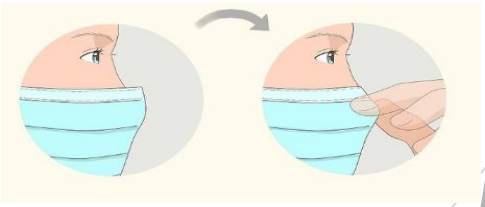
DOĞRU MASKE KULLANIMI

MASKEYİ TAKMAK;

- Ellerinizin temiz olduğundan emin olunuz.
- Maskenin yüzüne mümkün olduğunca iyi oturması için bazı maskelerin üst kısmında burnunun etrafını sarabilen, sert ama bükülebilir bir kenar olacaktır. Eğer maskede bu bantlar var ise maskeyi yüzüne takmadan önce bu bükülebilir kenarın yukarıda olduğundan emin olunuz.



- Tek kullanımlık maskelerin iki yanında, iki adet kulak halkası bulunur. Maskelerin lastiklerinden tutup bir halkayı bir kulağının, diğer halkayı da diğer kulağının etrafına geçiriniz.
- Maskede burun bandı var ise; maskenin üst kenarının bükülebilir kısmını burun kemerine doğru kaldırmak için işaret parmağını ve başparmağını kullanarak burnunun üzerine sabitleyiniz.



DOĞRU MASKE KULLANIMI

- Tamamen sabitlendiğinde maskenin yüzünü ve ağzını kapladığından, alt kısmının da çenenin altına gelecek şekilde durduğundan emin olmak için ayarlama yapınız.

MASKEYİ ÇIKARMAK;



- Ellerinizin temiz olduğundan emin olunuz.
- Her bir kulağının etrafından kulak halkalarını çıkarınız. Genel olarak yalnızca kenarlara, şeritlere, halkalara, bağcıklara ya da bantlara dokunarak maskeyi çıkarınız. Kirlenmiş olabileceği için maskenin ön kısmına dokunmayınız.
- Maskeyi çıkardıktan sonra Gri «Eldiven ve Maske Atık» konteynerına atınız.
- Sonrasında mutlaka ellerinizi en az 20 sn su ve sabunla yıkayınız.

DOĞRU ELDİVEN KULLANIMI

- Eldiven kullanımı el yıkamanın alternatifi olarak görülmemelidir, eldiven kullanımı el temizliği yerine geçmez. Yapılan iş eldiven kullanımı gerektirmiyor ise, COVİD-19'dan korunmak için eldiven kullanılmamalıdır. Eldiven kullanımı gereksiz bir güven hissi oluşturarak el yıkama sıklığını azaltabilir ve ellerle bulaşma riskini arttırabilir.
- Temizlik v.b. işlerde işin yapısı gereği tek kullanımlık eldiven kullanımı söz konusu ise;

- Tek kullanımlık eldivenler asla tekrar kullanılmamalıdır.
- Eldiven giymeden önce ve eldiveni çıkardıktan sonra eller mutlaka yıkanmalıdır.
- Tek kullanımlık eldivenler yıkanmamalıdır. Yıkama eldivenin geçirgenliğini azaltır. Eldiven kirlendi ise çıkarılıp eller yıkanıp/dezenfekte edildikten sonra yenisi giyilmelidir.
- Eldivende herhangi bir bozulma, delinme, yırtılma meydana gelmişse mutlaka değiştirilmelidir. Yenisi ile değiştirirken ellerin yıkanması gerektiği unutulmamalıdır.



DOĞRU ELDİVEN KULLANIMI

- Eldivenin kalitesinin yanı sıra, taktığınız tek kullanımlık eldivenlerin boyutu da oldukça önemlidir. Eldivenleriniz ellerinizin boyutuna uymuyorsa, uygulamalarının bütünlüğü tehlikeye girebilir.

- Eldivenin çıkartırken;



- Birinci eldivenin bilek üst kısmından tutarak aşağı doğru sıyırınız ve ters olarak çıkarınız. Bu esnada diğer elinize eldiven ile temas etmeyiniz.
- İkinci eldivenin iç kısmına temiz 2 parmağınızı sokunuz, ters sıyırarak çıkartınız.

- Ters olarak çıkardığınız eldivenleri Gri «Maske Eldiven Atık» konteynerına atınız.
- Sonrasında ellerinizi su ve sabun ile en az 20 sn yıkamayı unutmayınız.

İŞE DÖNÜŞ ÖNCESİ SAĞLIK ANKETİ

Firmaya geri dönüşümüz öncesi aşağıdaki 4 soruyu cevaplayalım. Herhangi bir soruya evet diyorsak mutlaka IK ve /veya ilk amirimize bildirelim.

1. İzin boyunca, sizde veya aile bireylerinde ateş, boğaz ağrısı, halsizlik, solunum sıkıntısı vb. şikayetler oldu mu?
2. İzin boyunca herhangi bir sebeple siz veya aile bireyleriniz hastaneye gitti mi?
3. Yakınlarınızda karantinaya alınan sokak-apartman var mı?
4. Şehir dışı / yurtdışından gelenlerle sizin veya aile bireyleriniz teması oldu mu?

.

İMZA FÖYÜ

Değerli Tesca Diniz çalışanları,

Sizler için hazırlanan bu kitapçığı mutlaka dikkatlice okuyunuz ve ara ara tekrar okumak için yanınızda bulundurunuz. Evler ve aileler için de önlemler olan bu kitapçığı ailenizle, çocuklarınızla birlikte tekrar okumanızı öneririz.

Bu kitapçık; firmamızda alınan önlemler doğrultusunda ve genel sağlık literatürleri kapsamında hazırlanmış olup, kitapçığın hazırlanmasından itibaren ek önlemler alınmaya devam edilecek ve ara ara tarafınıza bilgilendirmeler yapılacaktır.

Bu kapsamda en kısa sürede kitapçığı okuyup, bir sonraki sayfada yer alan İmza Föyüne; «TESCA DİNİZ bünyesinde COVİD-19 salgını için alınması gereken önlemler kitapçığını …./../2020 tarihinde elden teslim aldım. Bütün maddeleri okudum, sağlığım için alınan bütün önlemlere uyacağımı taahhüt ediyorum.» yazıp; isim, soy isim, imza atıp ilk amirinize veriniz. Tüm imza işlemlerini kendinize ait kalem ile yapmayı unutmayınız.

İMZA FÖYÜ

Okuma Metni:

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

İsim:

……

Soy İsim:

……

Sicil No:

……

İmza:

……

……

TEŞEKKÜRLER

