

Prótacal COVID-19 um Oibriú go Sábháilte

Seicliosta 6 - Oibrithe

Forbraíodh an seicliosta seo chun eolas a thabhairt d'oibrithe faoina gcaithfidh siad a dhéanamh chun cabhrú le leathadh COVID-19 ina n-ionad oibre a chosc. Caithfidh fostóirí agus oibrithe oibriú le chéile chun gach duine san ionad oibre a chosaint. Tá tuilleadh eolais ar gov.ie, hse.ie, hpsc.ie agus hsa.ie
Tabhair faoi deara: Ba cheart d'oibrithe an chomhairle agus an treoir Sláinte Poiblí mar a bhaineann sé leis an ionad oibre agus suíomhanna pobail a leanúint.

Uimh.	Bearta Rialaithe	✓Tá	✓Níl	Gníomh a theastaíonn
1.	An bhfuil tú ag mothú go maith agus sách folláin le filleadh ar an obair?			
2.	An bhfuil tú ag coinneáil ar an eolas faoin gcomhairle is deireanaí ón Rialtas faoi COVID-19?			
3.	An bhfuil comharthaí agus siomptóim COVID-19 ar eolas agat?			
4.	An bhfuil a fhios agat cén chaoi a leatar an víreas?			
5.	An bhfuil Foirm COVID-19 Roimh Fhilleadh ar an Obair comhlánaithe agat agus tugtha do d'fhostóir? (Féach ar an teimpléad don Fhoirm Roimh Fhilleadh ar an Obair.)			
6.	An bhfuil tú tar éis a rá le d'fhostóir má bhaineann tú le ceann ar bith de na catagóirí is mó atá i mbaol?			
7.	An bhfuil ionduchtú faighte agat ó d'fhill tú ar an obair (i ndiaidh don ionad oibre athoscailt tar éis dúnadh san áireamh) agus an bhfuil tú ar an eolas faoi na bearta coisc agus rialaithe ionfhabhtuithe (IPC) COVID-19 a chuir d'fhostóir i bhfeidhm chun tú féin agus daoine eile a chosaint ar COVID-19? (Féach ar Sheicliosta 2.) An bhfuil tú tar éis an chomhairle agus an treoir is nuáí agus is deireanaí faoi shláinte poiblí, breac-chuntas ar an bPlean Freagartha, agus na príomhphointí teagmhála a phlé san ionduchtú?			
8.	An bhfuil d'fhostóir tar éis dul i gcomhairle leatsa ¹ agus na bearta IPC sin á gcur i bhfeidhm?			
9.	An bhfuil tú tar éis comhoibriú le d'fhostóir chun a chinntiú go gcloítear go leanúnach leis na bearta IPC?			

¹ agus le Ceardchumainn nuair is cuí

Uimh.	Bearta Rialaithe	✓Tá	✓Níl	Gníomh a theastaíonn
10.	An bhfuil an cúrsa ar líne ó HSA, Work Safely Induction, atá ar fáil ar hsa.ie/covid19 , déanta agat?			
11.	An bhfuil a fhios agat céard ba cheart a dhéanamh má bhíonn comharthaí nó siomptóim COVID-19 ort agus tú ag an obair nó sa bhaile?			
12.	An bhfuil a fhios agat cé leis a rachaidh tú i dteagmháil má thagann siomptóim COVID-19 ort ag an obair, agus na nósanna imeachta atá i bhfeidhm?			
13.	An bhfuil a fhios agat cé hé/hí do Phríomh-Ionadaí Oibrithe?			
14.	An bhfuil a fhios agat cén chaoi le dul i dteagmháil le do Phríomh-Ionadaí Oibrithe má tá aon imní ort faoi nochtadh do COVID-19, faoi bhearta IPC nach bhfuil á gcomhlíonadh, nó má tá aon mholadh agat a d'fhéadfadh cabhrú le leathadh an víris a chosc?			
15.	An bhfuil a fhios agat céard atá le déanamh maidir le scaradh fisiciúil, sláinteachas maith lámh agus béasa riospráide?			
16.	An bhfuil a fhios agat cén chaoi le do lámha a ní i gceart? Féach ar hsa.ie/coronavirus .			
17.	An bhfuil a fhios agat cén uair le do lámha a ní? Nigh na lámha le gallúnach agus uisce nó le díghalrán lámh ar feadh 20 soicind ar a laghad, agus go háirithe: <ul style="list-style-type: none"> • i ndiaidh casachta agus sraothartaí • roimh ithe agus ina dhiaidh • roimh bhia a ullmhú agus ina dhiaidh • roimh chlúdach aghaidhe a bhaint agus ina dhiaidh • má bhítear i dteagmháil le duine ar a bhfuil siomptóim COVID-19 ar bith • roimh dhul ar iompar poiblí agus ina dhiaidh • roimh bheith i slua agus ina dhiaidh • ag sroicheadh nó ag fágáil an ionaid oibre/láithreáin eile • ag dul isteach nó amach as feithiclí • roimh thoitín a chaitheamh nó vápáil • nuair atá lámha salach. Má bhreathnaíonn siad salach, nigh na lámha le gallúnach agus uisce, agus • i ndiaidh an leithreas a úsáid. 			
18.	An bhfuil a fhios agat cá bhfuil na stáisiúin glanta lámh/díghalraithe lámh is gaire duit?			
19.	An bhfuil a fhios agat cén chaoi le masc/clúdach aghaidhe a chaitheamh i gceart? Breathnaigh ar an bhfiseán ó ECDC ‘			

Uimh.	Bearta Rialaithe	✓Tá	✓Níl	Gníomh a theastaíonn
20.	An bhfuil a fhios agat nár cheart lámh a leagan ar d'aghaidh (súile, srón, béal)?			
21.	An bhfuil a fhios agat go gcaithfear cloí le scaradh fisiciúil agus fanacht 2 mhéadar ó dhaoine eile i gcónaí ag an obair, fiú i limistéir chomhroinnte ar nós ceaintín oibre nó seomra níos álainn/feistis?			
22.	Sa chás nach féidir fanacht 2 mhéadar ó dhaoine eile, an bhfuil d'fhostóir tar éis bearta eile a chur i bhfeidhm chun teagmháil a laghdú a oiread agus is féidir idir daoine, ar nós scáileáin phlaisteacha thrédhearcacha idir tú féin agus daoine eile agus saoráidí glanta lámh nó díghalraithe lámh a chur ar fáil in aice láimhe, ionas gur féidir lámha a ní a luaithe is a chríochnaítear an tasc?			
23.	An bhfuil a fhios agat go gcaithfear teagmháil fhisiceach le comhoibrithe, custaiméirí, conraitheoirí nó cuairteoirí a sheachaint?			
24.	An bhfuil tú ar an eolas faoin fhaisnéis agus comhairle Sláinte Poiblí maidir le maisc/clúdaigh aghaidhe a chaitheamh? Breathnaigh ar hse.ie/coronavirus agus ar na físeáin ó ECDC .			
25.	An bhfuil a fhios agat cén cuspóir atá le haon fhaisnéis a theastaíonn a thabhairt do d'fhostóir chun loga teagmhála COVID-19 a choinneáil?			
26.	An bhfuil eolas agat ar aon uainchláir foirne nua, athrú ar amanna tosaigh/ críochnaithe, sceidealú sosanna, etc., a bheartaítear?			
27.	An bhfuil tú ar an eolas faoi aon athruithe ar mheasúnuithe riosca a bhaineann le do ghníomhaíochtaí oibre, agus aon athruithe ar an ráiteas sábháilteachta, mar gheall ar na bearta coisc agus rialaithe ionfhabhtuithe a cuireadh i bhfeidhm chun leathadh COVID-19 a chosc?			
28.	An bhfuil tú ar an eolas faoi aon athruithe ar phleananna éigeandála nó nósanna imeachta garchabhrach i d'ionad oibre mar gheall ar bhearta chun an baol go nochtfaí thú féin agus daoine eile do COVID-19 a laghdú a oiread agus is féidir?			
29.	An bhfuil a fhios agat nár cheart earraí ar nós bia agus deochanna, cupán, buidéal, sceanra, peann, etc., a roinnt?			
30.	An bhfuil tú ar an eolas go gcaithfear aon earraí pearsanta a thugann tú isteach chuig an obair a ghlanadh, agus nár cheart iad a leagan ar dhromchlaí comhroinnte nó an dromchla sin a ghlanadh nuair a bhaintear an t-earra pearsanta uaidh?			

Uimh.	Bearta Rialaithe	✓Tá	✓Níl	Gníomh a theastaíonn
31.	An bhfuil ábhair ghlantacháin faighte agat ón obair, mar shampla ceirtíní/táirgí díghalraithe, tuáillí páipéir, agus boscaí/málaí bruscair, chun do spás oibre féin a choinneáil glan? Ba cheart spásanna oibre a ghlanadh faoi dhó sa lá agus aon uair a bhreathnaíonn siad salach.			
32.	An bhfuil a fhios agat go gcaithfidh tú do lámha a ní sula n-úsáideann tú iompar poiblí chun teacht chuig an obair agus nuair a théann tú isteach nó amach as an ionad oibre?			
33.	An bhfuil tú in ann taisteal a bhaineann leis an obair a sheachaint a oiread agus is féidir agus an bhfuil tú in ann thabhairt faoi chruinnithe le comhghleacaithe/cliaint/custaiméirí ar bhealaí eile, e.g. comhdhálacha ar an bhfón nó ar fhíseán, seachas duine le duine?			
34.	An bhfuil tú ag taisteal chuig an/ón obair agus le haghaidh na hoibre leat féin? Má tá do charr pearsanta in úsáid don obair, an bhfuil paisinéir amháin eile ar a mhéad leat, agus iad suite de réir na dtreoirínte scartha fhisiciúil? Má chaithfidh tú feithicil oibre a roinnt nó taisteal chuig/ón obair le daoine eile i bhfeithicil, an bhfuil sibh ag taisteal mar fhoireann/mheitheal (pod)? An bhfuil clúdaigh/maisc aghaidhe á gcaitheamh agat, agus an bhfuil tú ag glanadh do lámh roimh thaisteal le chéile agus ina dhiaidh, de réir na comhairle Sláinte Poiblí?			
35.	Má chaithfidh tú feithicil oibre a roinnt, an bhfuil maisc/clúdaigh aghaidhe ar fáil duit agus díghalrán lámh agus táirgí glantacháin chun na dromchlaí a dteagmhaítear leo go minic san fheithicil a ghlanadh ag tús agus deireadh gach seala? An bhfuil tú ag glanadh do lámh roimh thaisteal le chéile agus ina dhiaidh?			
36.	An bhfuil a fhios agat nuair a chaithfidh tú PPE a chaitheamh, agus an chaoi le haon PPE a theastaíonn a fheistiú, a úsáid, a bhaint, a ghlanadh, a stóráil agus a dhiúscairt?			
37.	An bhfuil a fhios agat cé na tacaí atá ar fáil duit má airíonn tú imníoch nó faoi bhrú?			
Eolas Breise				

Ainm: _____ Síniú: _____ Date: _____

Is chun críche teorach amháin an t-eolas atá sa seicliosta seo, agus níl sé cuimsitheach. Níl sé ceaptha comhairle dlí a chur ort, agus níor cheart duit brath ar an eolas mar chomhairle dá leithéid. Ní thugaimid aon bharánta sainráite ná intuigthe i leith chruinneas nó iomláine an eolais. Ní bheidh an tÚdarás Sláinte agus Sábháilteachta faoi dhliteanas ar aon bhealach ná go feadh méid ar bith i leith aon damáistí, cailleanais ná costais dhíreacha, indíreacha, speisialta, theagmhasacha nó iarmhartacha a eascraíonn as úsáid an tseicliosta seo.