



Innovation
Norway

PROJEKT NÓRSKYCH GRANTOV

„Spoločne za zdravé, bezpečné a dôstojné
pracoviská v kovospracujúcom priemysle“

**TRÉNINGOVÝ PROGRAM PRE ZAMESTNANCOV A
VPLYV PANDEMIE COVID19**

OBSAH:

- I. COVID-19 Bezpečnostné opatrenia
- II. Hygiena a Bezpečnosť na Pracovisku
- III. Vzdialená Práca a Flexibilita
- IV. Rizikové Situácia a Nácvik
- V. Psychologická Pripravenosť
- VI. Kontinuita Výroby
- VII. Dodržiavanie Pravidiel
- VIII. Sledovanie Aktualít

ÚVOD:

Pandémia COVID-19 zasiahla do našich životov a pracovného prostredia takmer nepochybne a dramaticky. Výroba, ako kľúčový sektor našej spoločnosti, sa stala prostredím mnohých výziev, na ktoré sme boli nútení rýchlo reagovať. Ste srdcom našej organizácie a vaše zručnosti, znalosti a bezpečnosť sú pre nás zásadné.

Tento program bol vytvorený, aby vám poskytol potrebné nástroje, vedomosti a zručnosti, ktoré vám umožnia pracovať efektívne a bezpečne v čase pandémie, a zároveň zabezpečiť, že naša výroba bude pokračovať bez väčších prerušení.

Hlavným cieľom tohto programu je:

Naučiť vás dôležitosti bezpečnostných a hygienických opatrení, ktoré sú nevyhnutné pre ochranu vášho zdravia a bezpečnosti na pracovisku. Pomôcť vám prispôbiť sa novým pracovným podmienkam, vrátane práce na diaľku a zmien v prevádzke a poskytnúť vám zručnosti na riešenie nečakaných situácií. Zdôrazniť dôležitosť starostlivosti o svoje duševné zdravie a poskytnúť vám nástroje na zvládanie stresu a úzkosti spojené s pandemiou. Umožniť Vám byť informovanými zamestnancami, ktorí rozumejú aktuálnej situácii a sú schopní spolupracovať na dodržiavaní hygienických a bezpečnostných pravidiel.

Sme si vedomí, že súčasná situácia prináša mnoho výziev a neistoty, ale veríme, že týmto tréningom zvýšime vaše schopnosti a pripravíme Vás na úspešné pôsobenie v týchto výnimočných podmienkach.

I. COVID-19 Bezpečnostné opatrenia

Detailné zoznámenie sa s aktuálnymi bezpečnostnými opatreniami a predpismi týkajúcimi sa základných preventívnych opatrení, ako sú nosenie rúšok, fyzické dištančné opatrenia a časté umývanie rúk.

Tento bod, nazvaný "COVID-19 Bezpečnostné opatrenia" sa zameriava na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia zamestnancov v čase pandémie COVID-19.

a) Zoznámenie sa s aktuálnymi bezpečnostnými opatreniami a predpismi:

Zamestnanci by mali byť dôkladne oboznámení s aktuálnymi bezpečnostnými opatreniami a predpismi týkajúcimi sa COVID-19.

To zahŕňa:

- Informácie o vládnych smerniciach a odporúčaní súvisiacich s pandemiou.
- Pravidlá a opatrenia stanovené organizáciou pre minimalizáciu rizika nákazy v pracovnom prostredí.

b) Výučba základných preventívnych opatrení:

Zamestnancom by sa malo poskytnúť školenie o základných preventívnych opatreniach, ktoré majú zabrániť šíreniu vírusu.

Patria sem:

- Nosenie ochranných rúšok alebo tvárových krycích štítov tam, kde je to vyžadované.
- Dodržiavanie fyzického odstupu od ostatných osôb, pokiaľ je to možné.
- Pravidelné umývanie rúk mydlom a vodou alebo používanie dezinfekčného prostriedku na ruky.

c) Dodržiavanie bezpečnostných opatrení:

Zamestnanci by mali aktívne dodržiavať stanovené bezpečnostné opatrenia, aby minimalizovali

riziko nákazy a ochránili svoje zdravie a zdravie kolegov.

d) Sledovanie a upozorňovanie na porušenie opatrení:

Zamestnanci by mali byť povzbudzovaní k tomu, aby upozornili na akékoľvek porušenie bezpečnostných opatrení na pracovisku, a to buď svojho nadriadeného alebo zodpovedného personálu.

Tento bod je kľúčový pre zaistenie bezpečného pracovného prostredia pre zamestnancov v čase pandémie a pomáha minimalizovať riziko šírenia nákazy v pracovnom prostredí. Dodržiavanie bezpečnostných opatrení je zodpovednosťou každého zamestnanca a je nevyhnutné pre ochranu zdravia a bezpečnosti všetkých v organizácii.

II. Hygiena a Bezpečnosť na Pracovisku

Aktualizácia hygienických a bezpečnostných postupov na pracovisku, vrátane častého dezinfikovania povrchov a zariadení.

Dôraz na dôležitosť dodržiavania týchto opatrení pre vlastnú bezpečnosť a bezpečnosť kolegov. Tento bod sa sústreďí na hygienu a bezpečnosť na pracovisku, čo je kľúčové pre ochranu zdravia a bezpečnosti zamestnancov v čase pandémie COVID-19.

a) Aktualizácia hygienických a bezpečnostných postupov:

Zamestnanci by mali byť informovaní o aktualizovaných hygienických a bezpečnostných postupoch na pracovisku, ktoré boli zavedené kvôli pandémie COVID-19.

To môže zahŕňať:

- Časté dezinfikovanie často dotýkaných povrchov, ako sú stoly, klávesnice, myši, zábradlia

atď.

- Používanie ochranných prostriedkov, ako sú rúška alebo tvárové kryty, keď je to vyžadované.
- Dôležitosť pravidelného umývania rúk mydlom a vodou, alebo používanie dezinfekčného prostriedku na ruky.

b) Dodržiavanie hygienických a bezpečnostných opatrení:

Zamestnanci by mali aktívne dodržiavať stanovené hygienické a bezpečnostné opatrenia, aby minimalizovali riziko nákazy a chránili svoje zdravie a zdravie kolegov.

c) Zvýraznenie dôležitosti dodržiavania opatrení:

Zamestnanci by mali byť zdôraznení význam dodržiavania týchto opatrení pre svoju vlastnú bezpečnosť a bezpečnosť svojich kolegov. Bezpečnostné opatrenia majú za cieľ minimalizovať riziko šírenia vírusu v pracovnom prostredí a sú zodpovednosťou všetkých.

d) Zdieľanie skúseností a upozorňovanie na problémy:

Zamestnanci by mali byť povzbudzovaní k zdieľaniu svojich skúseností s dodržiavaním hygienických a bezpečnostných opatrení, ak upozorňovaniu na problémy alebo potenciálne riziká.

Základné preventívne opatrenia zahŕňajú:

1. *Povinné nosenie rúšok:* Požiadavka, aby zamestnanci nosili rúška v uzavretých priestoroch, ako sú kancelárske budovy a verejná doprava, pomáha znižovať šírenie vírusu zachytávaním kvapiek, ktoré nositeľ vylučuje. Spoločnosti a inštitúcie by mali poskytovať rúška zamestnancom a presadzovať zásady nosenia rúšok v uzavretých priestoroch.
2. *Hygiena rúk:* Správna hygiena rúk, ako je časté umývanie rúk mydlom a vodou alebo používanie dezinfekčných prostriedkov na ruky, je rozhodujúca pri prevencii šírenia COVID-19. Zamestnanci by mali byť povzbudzovaní.
3. *Fyzická vzdialenosť:* Udržiavanie fyzickej vzdialenosti medzi jednotlivcami aspoň 2 metre

môže pomôcť znížiť šírenie vírusu znížením počtu kvapiek rozptýlených do vzduchu. Spoločnosti a inštitúcie by mali v prípade potreby preusporiadať pracovné priestory, aby zabezpečili možný fyzický odstup a povzbudiť zamestnancov, aby od seba udržiavali bezpečnú vzdialenosť.

4. *Školenie zamestnancov:* Je dôležité poskytnúť zamestnancom školenia a informácie o tom, ako predchádzať šíreniu COVID-19. To by malo zahŕňať informácie o hygiene rúk, fyzickom odstupe, nosení masiek a vyhýbaní sa veľkým zhromaždeniam. Spoločnosti a inštitúcie by sa mali uistiť, že zamestnanci sú plne informovaní a vybavení informáciami, ktoré potrebujú, aby zostali v bezpečí.
5. *Monitorovanie zdravia zamestnancov:* Monitorovanie zdravia zamestnancov vrátane kontroly teploty a sledovania symptómov môže pomôcť zabrániť šíreniu vírusu na pracovisku. Spoločnosti a inštitúcie by mali mať zavedené jasné zásady pre zamestnancov, ktorí sa necítia dobre, vrátane pokynov, kedy zostať doma a kedy sa vrátiť do práce.
6. *Obmedzenia stretnutí a cestovania:* Obmedzenie nepodstatných stretnutí a cestovania môže pomôcť znížiť šírenie vírusu tým, že obmedzí počet ľudí, ktorí spolu prichádzajú do úzkeho kontaktu. Spoločnosti a inštitúcie by mali zvážiť používanie technológie virtuálnych stretnutí, aby sa znížila potreba osobných stretnutí.
7. *Zvýšené hygienické opatrenia:* Zvýšenie čistiacich a hygienických opatrení na pracovisku, ako je pravidelné čistenie povrchov s vysokým dotykom a poskytovanie dezinfekčných prostriedkov na ruky, môže tiež pomôcť zabrániť šíreniu vírusu.

Dôraz na hygienu a bezpečnosť na pracovisku je nevyhnutný pre prevenciu šírenia nákazy COVID-19 v pracovnom prostredí a pre ochranu zdravia a bezpečnosti všetkých zamestnancov. Organizácia by mala aktívne podporovať a vzdelávať zamestnancov ohľadom týchto opatrení a kontrolovať ich dodržiavanie pre vytvorenie bezpečného pracovného prostredia.

III. Vzďialená Práca a Flexibilita

Školenie v pracovnom postupe pri práci na diaľku a flexibilným pracovným modelom.

Naučenie sa efektívne komunikovať a spolupracovať s tímom, ktorý pracuje z rôznych miest.

Tento bod sa sústreďí na tréning zamestnancov v oblasti vzdialenej práce a flexibilných pracovných modelov, čo je v čase pandémie COVID-19 stále dôležitejšie.

a) Školenie v pracovnom postupe pri práci na diaľku:

Zamestnanci by mali byť školení v metódach a postupoch súvisiacich s prácou na diaľku.

To môže zahŕňať:

- Správne nastavenie domáceho pracovného priestoru a technického vybavenia.
- Organizáciu pracovného dňa a plánovanie úloh pri práci na diaľku.
- Udržiavanie produktivity a motivácia pri práci mimo kancelárskeho prostredia.

b) Naučenie sa efektívne komunikovať a spolupracovať s tímom:

Práca na diaľku znamená, že zamestnanci budú komunikovať a spolupracovať s tímom, ktorý môže byť na rôznych miestach.

To zahŕňa:

- Školenia v používaní komunikačných nástrojov, ako sú videokonferencie, chatovacie aplikácie a zdieľanie dokumentov.
- Vývoj zručností v efektívnej komunikácii na diaľku a vedenie virtuálnych stretnutí.
- Zdôraznenie dôležitosti pravidelnej komunikácie a spolupráce s kolegami na rôznych miestach.

c) Podpora duševného zdravia pri práci na diaľku:

Organizácia by mala poskytovať zdroje a informácie o tom, ako udržiavať duševné zdravie pri práci

na diaľku. To môže zahŕňať odporúčania pre riadenie stresu, vyrovnanie práce a súkromného života a udržanie sociálneho kontaktu.

Práce na diaľku a flexibilné pracovné modely môžu byť efektívne, ale vyžadujú určité zručnosti a adaptáciu. Tento bod má za cieľ pripraviť zamestnancov na úspešnú prácu na diaľku a umožniť im efektívnu komunikáciu a spoluprácu s tímom, bez ohľadu na to, kde sa práve nachádza.

IV. Rizikové Situácia a Návik

Tréning pre reakciu na rizikové situácie spojené s COVID-19, vrátane možných scenárov a postupov pre izoláciu a hlásenie nákazy.

Tento bod sa zameriava na tréning zamestnancov v reakcii na rizikové situácie spojené s pandémiou COVID-19. Je dôležité, aby zamestnanci boli pripravení na možné scenáre a mali jasné postupy pre izoláciu a hlásenie prípadov nákazy.

a) Tréning pre reakciu na rizikové situácie:

Zamestnanci by mali byť školení v tom, ako reagovať na rizikové situácie spojené s COVID-19.

To zahŕňa:

- Zoznámenie s rôznymi scenármi, ktoré by mohli viesť k nákaze na pracovisku, ako je podozrenie na nákazu medzi kolegami.
- Postupy pre izoláciu a oddelenie osôb s príznakmi nákazy od zvyšku tímu a ďalších opatrení na minimalizáciu šírenia vírusu.

b) Hlásenie nákazy:

Zamestnanci by mali byť informovaní o povinnosti okamžitého hlásenia prípadov nákazy alebo podozrenia na nákazu svojim nadriadeným alebo zodpovednému personálu. Rýchla reakcia a

izolácia sú kľúčové pre zamedzenie šírenia vírusu na pracovisku.

c) Spolupráca s lekáorskymi autoritami:

Zamestnanci by mali byť informovaní o tom, ako spolupracovať s lekáorskymi autoritami a dodržiavať pokyny týkajúce sa karantény alebo testovania, ak je to vyžadované.

d) Prevencia a ochrana:

Zamestnanci by mali byť trénovaní v používaní osobných ochranných prostriedkov (napr. rúšok, rukavíc) a dodržiavaní bezpečnostných opatrení v rizikových situáciách.

Tipy na zvládanie stresu a úzkosti

Vieme, že v súčasnej situácii súvisiacej s pandémiou ochorenia COVID-19 ste denne v strese a pod tlakom. Nemáme pre vás žiadnu zázračnú radu ako skoncovať s úzkosťou, psychickými ťažkosťami alebo samotným vírusom. Ako psychoterapeuti sme pre vás však pripravili stručný zoznam odporúčení, ktoré vám môžu v týchto dňoch prísť vhod.

- Reakcie na súčasnú situáciu môžu byť rôzne. Môžete prežívať úzkosť, zlosť, bezradnosť, následne môžete prežívať pocity viny alebo hanby za svoje prejavy, môže Vám to byť jedno a môžete byť „nad vecou“, alebo sa môžete nadmerne pozorovať a všímať si každé zakašľanie. Všetky tieto prejavy sú normálne.
- Pamätajte, že každá kríza sa niekedy skončí. Každá epidémia alebo pandémia prejde. Koronavírus pre väčšinu populácie nepredstavuje priame ohrozenie života.
- Dodržiavanie súčasných epidemiologických opatrení je kľúčové. Je vyjadrením ohľaduplnosti voči tým, ktorých životy nákaza ohroziť môže (hlavne seniori a ľudia oslabení inými ochoreniami). Ak sa zdravotnícky systém zahltí, nebude schopný pomôcť tým, ktorí to najviac potrebujú. Preto chráňte seba a druhých nosením rúška!
- Zatiaľ nič neplánujte. Pandémia a prijaté opatrenia obmedzujú náš plnohodnotný život a môžu spôsobiť finančné ťažkosti. Každý problém však má svoje riešenie. Niektoré

riešenia prídu na rad až keď sa s nákazou vysporiadame.

- Je normálne nemať sa stále dobre. Náš organizmus dokáže zniesť veľkú mieru záťaže a nepohodlia. Pre ľudstvo to nie je nič neobvyklé, len sme na to trochu pozabudli.
- Pokiaľ máte niekoho nakaziť, skúste ho nakaziť optimizmom. Skúste aktívne pracovať v svojom pokoji a dobrej nálade. Tak ako vás dokážu strhnúť negatívne pocity a zlé správy, dokážu to aj tie pozitívne.
- Hľadajte spôsob, ako byť druhým užitoční. Po odznení hnevu, šomrania a strachu si ľudia nakoniec začnú pomáhať. Buďte k sebe pozorní, láskaví a nehľadajte vinníka (vláda, lyžiari a pod.), aj keď je to prirodzené. Väčšina ľudí skutočne nechce nikoho vedome nakaziť.
- Naordinujte si mediálnu diétu. Nie je potrebné stále sledovať správy v televízii a ešte ich aktívne vyhľadávať na internete. Môžete si byť istí, že nič dôležité vám neutečie. Ignorujte konšpiračné teórie a venujte sa aj niečomu inému ako koronavírus.
- Stanovte si denný režim. Karanténa nie sú prázdniny. Nájdite si pevné body v každodennosti a stanovte si pravidelné činnosti. Využite nútené voľno na dorobenie domácich restov. Dovoľte si izolovať sa od členov rodiny v inej izbe. Nesnažte sa doriešiť skoršie rodinné spory práve teraz.
- Dodržiavajte zdravú životosprávu. Karanténa nie je ani párty. Stav po požití väčšieho množstva alkoholu zhoršuje náladu a psychickú aj fyzickú kondíciu, nepreháňajte to. V rámci možností zachovajte pravidelný pohyb, spánok a stravovanie.
- Hovorte o situácii so svojimi deťmi. Aj tí najmenší vnímajú váš nepokoj. Upokojte ich informáciou, že im vážne nebezpečenstvo nehrozí, ale musíme chrániť starých rodičov a chorých ľudí.
- Dovoľte si, zastaviť sa. Každá kríza je príležitosť a môžeme si z nej niečo odniesť. Napríklad zistenie, že je možné prežiť aj bez víkendu stráveného v nákupnom centre. Že mnoho našich potrieb prichádza s ponukou zvonku, ale v skutočnosti toho zase toľko

nepotrebujeme...

- Nechovajte sa ako chorí, pokiaľ chorí v skutočnosti nie ste.
- Zostaňte doma. Pokiaľ nemáte žiadne príznaky, alebo len ľahké, nechod'te sa testovať na koronavírus. Ak máte z vírusu strach, nedáva žiadny zmysel chodiť tam, kde je ho najviac.
- Nezavádzajte lekárov o svojich príznakoch a pobyte v zahraničí.
- Chovajte sa k zdravotníkom slušne, aj keď ste sami v strese. Pamätajte na to, že naši zdravotníci môžu zažívať výrazne väčší stres.
- Vyjadrite podporu zdravotníkom, lekárnikom, predavačom, polícii a ďalším skupinám, ktoré sú najohrozenejšie a fungujú na hrane svojich síl, potrebujú to.

Tento bod je kľúčový pre zabezpečenie, že zamestnanci sú pripravení reagovať na rizikové situácie spojené s COVID-19 a že sú schopní efektívne minimalizovať šírenie vírusu v pracovnom prostredí. Rýchla a koordinovaná reakcia je nevyhnutná pre ochranu zdravia a bezpečnosti všetkých zamestnancov.

V. Psychologická Pripravenosť

Školenia v oblasti duševnej pripravenosti a zvládania stresu v čase pandémie.

Zdôraznenie dôležitosti komunikácie o emocionálnych potrebách a pocity spojené s pandemiou. Tento bod sa zameriava na psychologickú pripravenosť zamestnancov a ich schopnosť zvládať stres v čase pandémie COVID-19. Je dôležité, aby zamestnanci boli pripravení na emocionálne výzvy a mali zručnosti pre efektívne riadenie stresu.

a) Školenia v oblasti duševnej pripravenosti:

Zamestnanci by mali byť školení v zručnostiach a stratégiách pre zvládanie stresu a duševnej pripravenosti.

To môže zahŕňať:

- Techniky na znižovanie stresu, ako je meditácia, relaxácia alebo cvičenie.
- Sebahodnotenie a rozpoznávanie vlastných emócií a duševného zaťaženia.
- Stratégia pre udržanie duševnej pohody a vyrovnanie sa s náročnými situáciami.

b) Dôležitosť komunikácie o emocionálnych potrebách:

Zamestnanci by mali byť povzbudzovaní k otvorenej komunikácii o svojich emocionálnych potrebách a pocity spojené s pandémiou.

To zahŕňa:

- Možnosť konzultovať svoje pocity s nadriadenými alebo kolegami.
- Dôležitosť vyhľadania profesionálnej psychologickéj podpory, ak je to potrebné.

c) Podpora kolegov:

Zamestnanci by mali byť povzbudzovaní k podpore svojich kolegov a vytváraniu podporného pracovného prostredia, kde sa môžu zdieľať skúsenosti a emocionálna záťaž.

d) Prevencia a osveta:

Organizácia by mala tiež poskytovať prevenciu a osvetu o duševnom zdraví a zvládaní stresu, aby zamestnanci mali prístup k relevantným informáciám a zdrojom.

Zvládanie stresu v súvislosti s COVID 19

Slovo stres pochádza z anglického stress, ktoré má svoj pôvod v latinskom stringo, stringere, čo znamená utiahnuť, zovrieť. Byť v strese teda znamená niečo ako byť vystavený najrôznejším tlakom, byť v tiesni. Stresom sa obvykle rozumie vnútorný stav človeka, ktorý je buď priamo niečím ohrozovaný, alebo také ohrozenie očakáva a pritom sa domnieva, že jeho obrana proti nepriaznivým vplyvom nie je dostatočná

Stres je prirodzená reakcia organizmu, ktorej cieľom je pripraviť človeka na boj alebo útek tým, že uvádza telo do pohotovosti. Stres pretrváva až kým nebezpečenstvo nepominie a môžeme

ho na sebe pozorovať cez rôzne fyzické príznaky, ako napríklad rozšírenie zreníc, zrýchlené dýchanie, napätie vo svaloch, potenie a iné, ale aj psychické príznaky, medzi ktoré patrí podráždenosť, precitlivosť, pocity úzkosti, ťažkosti v kognitívnej oblasti – v myslení, pamäti, či pozornosti.

K stresu dochádza vplyvom rôznych stresorov, ale nie každý stresor u každého jedinca spustí stresovú reakciu. To, či nastane „fáza stresu“, závisí od nášho vnímania stresoru a jeho kognitívneho spracovania. Takže najskôr hodnotíme mieru závažnosti stresoru a následne posudzujeme svoje vlastné možnosti daný stresor zvládnuť.

Primeraná dávka stresu nemusí byť pre organizmus škodlivá, ale naopak ho povzbudzuje k výkonu.

Stres začína byť škodlivý vtedy, keď je miera záťaže neprimeraná alebo stres trvá príliš dlho.

V oboch prípadoch dochádza k vyčerpaniu organizmu a môžu nastať rôzne ťažkosti ako bolesti, zápaly, poruchy spánku a príjmu potravy, syndróm vyhorenia...

Pod pojmom stres sa môže rozumieť:

- celková ťažká situácia, podmienka, okolnosť alebo nepriaznivý faktor (stresor), ktorý na človeka pôsobí
- odpoveď organizmu na stresujúce činitele

Tento bod má za cieľ zvýšiť duševnú pripravenosť zamestnancov a pomôcť im efektívne zvládať stres a emocionálnu záťaž spojenú s pandémiou. Duševné zdravie je rovnako dôležité ako fyzické zdravie, a preto je dôležité zabezpečiť, aby zamestnanci mali prostriedky na starostlivosť o svoje duševné pohodlie.

VI. *Kontinuita Výroby*

Plánovanie a tréning pre zaistenie najlepšej možnej kontinuity výroby, vrátane náhradného personálu a postupov v prípade výpadku.

Tento bod, "Kontinuita Výroby," sa sústreďí na zabezpečenie čo najlepšej kontinuity výroby v čase pandémie COVID-19. Je to dôležité pre udržanie prevádzky organizácie a minimalizáciu prípadných výpadkov.

a) Plánovanie kontinuity výroby:

Organizácia by mala vypracovať plán kontinuity výroby, ktorý zahŕňa scenáre a postupy pre rôzne situácie spojené s pandemiou. Plán by mal byť pružný a schopný reagovať na rôzne úrovne nákazy a výpadky personálu.

b) Tréning zamestnancov:

Zamestnanci by mali byť školení a oboznámení s plánom kontinuity výroby.

To zahŕňa:

- Náhradný personál: Identifikáciu a školenie náhradného personálu, ktorý môže nahradiť pracovníkov, ktorí sú chorí alebo v karanténe.
- Postupy v prípade výpadku: Naučenie sa postupov, ako reagovať na výpadky výroby a ako minimalizovať ich dopad.

c) Sledovanie a aktualizácia:

Plán kontinuity výroby by mal byť pravidelne monitorovaný a aktualizovaný podľa aktuálnej situácie. To zahŕňa revíziu plánu na základe nových poznatkov o pandémii a spätnú väzbu z reálnych situácií.

d) Technológia a automatizácia:

Organizácia by mala zvážiť využitie technológie a automatizácie v procesoch výroby, aby minimalizovala závislosť na ľudskom personále a zvýšila flexibilitu výrobného procesu.

Cieľom tohto bodu je zabezpečiť, že organizácia bude schopná pokračovať vo výrobe aj v čase pandémie COVID-19 a minimalizovať prípadné výpadky, ktoré by mohli mať negatívny dopad na prevádzku a ekonomiku organizácie. Plánovanie a tréning sú kľúčové pre dosiahnutie tejto kontinuity výroby.

VII. *Dodržiavanie Pravidiel*

Výučba dôležitosti dodržiavania hygienických a bezpečnostných pravidiel, či už na pracovisku alebo pri práci na diaľku.

Tento bod sa zameriava na výučbu zamestnancov o dôležitosti dodržiavania hygienických a bezpečnostných pravidiel, bez ohľadu na to, či pracujú na pracovisku alebo na diaľku. Dôraz na dodržiavanie týchto pravidiel je kľúčový pre ochranu zdravia a bezpečnosti zamestnancov v čase pandémie COVID-19.

a) Školenie o hygienických a bezpečnostných pravidlách:

Zamestnanci by mali byť školení o platných hygienických a bezpečnostných pravidlách, ktoré sú v platnosti v organizácii.

To zahŕňa:

- Zoznámenie s pravidlami týkajúcimi sa nosenia rúšok, fyzického odstupu, dezinfekcie a ďalšími opatreniami.
- Zdôraznenie významu týchto pravidiel pre ochranu vlastného zdravia a zdravia kolegov.

b) Dôraz na dodržiavanie pravidiel:

Zamestnanci by mali byť povzbudzovaní k aktívnemu dodržiavaniu platných pravidiel. Dodržiavanie bezpečnostných opatrení má za cieľ minimalizovať riziko nákazy a ochrániť zdravie všetkých členov organizácie.

c) Pravidelné opakovania a aktualizácie:

Pravidlá a postupy týkajúce sa hygieny a bezpečnosti by sa mali pravidelne opakovať a aktualizovať podľa aktuálnej situácie a zmien v smerniciach.

d) Komunikácia o pravidlách na pracovisku:

Zamestnanci by mali byť informovaní o tom, aké pravidlá platia na pracovisku a ako ich dodržiavať. To zahŕňa aj informácie o tom, ako sa majú správať pri návrate do kancelárie alebo na iné pracovisko.

e) Pravidlá pri práci na diaľku:

Ak zamestnanci pracujú na diaľku, mali by byť oboznámení s pravidlami a odporúčaniami pre bezpečnú prácu na diaľku, vrátane spôsobu zachovania súkromia a bezpečnosti dát.

Tento bod je kľúčový pre zabezpečenie, že zamestnanci sú informovaní o nevyhnutných bezpečnostných opatreniach a sú aktívnymi účastníkmi v ich dodržiavaní. Bezpečnostné pravidlá sú dôležité pre prevenciu šírenia nákazy COVID-19 a ochranu zdravia všetkých zamestnancov.

VIII. Sledovanie Aktualít

Podpora zamestnancov v sledovaní aktuálnych informácií a odporúčaní týkajúcich sa COVID-19 a dôležitosť pravidelného aktualizovania znalostí.

Tento bod, "Sledovanie Aktualít," zdôrazňuje dôležitosť udržiavania zamestnancov informovaných o aktuálnych informáciách a odporúčaní týkajúcich sa pandémie COVID-19. Je kľúčový pre to,

aby zamestnanci mali aktuálne znalosti o situácii a mohli prijímať informované rozhodnutia ohľadom svojho správania na pracovisku alebo pri práci na diaľku.

a) Podpora sledovania aktuálnych informácií:

Zamestnancom by mala byť poskytovaná podpora a zdroje pre sledovanie aktuálnych informácií o pandémii COVID-19.

To môže zahŕňať:

- Odkazy na dôveryhodné spravodajské zdroje, ktoré pravidelne aktualizujú informácie o pandémii.
- Prístup k oficiálnym informáciám od zdravotníckych a vládnych autorít.

b) Dôležitosť pravidelnej aktualizácie znalostí:

Zamestnanci by mali byť povzbudzovaní k pravidelnej aktualizácii svojich znalostí o aktuálnej situácii a odporúčaníach. Pandemická situácia sa môže rýchlo meniť, a preto je dôležité byť informovaný a pripravený na nové vývoje.

c) Konzultácie s odborníkmi:

Zamestnanci by mali mať možnosť konzultovať s odborníkmi, ak majú otázky alebo obavy ohľadom pandémie. Organizácia by mala zabezpečiť prístup k odborným zdrojom, kde môžu zamestnanci získať relevantné informácie.

d) Podpora pri rozhodovaní:

Zamestnanci by mali byť povzbudzovaní k informovanému rozhodovaniu na základe aktuálnych informácií a odporúčaní. To zahŕňa dodržiavanie bezpečnostných opatrení a pravidiel na pracovisku.

Tento bod je dôležitý pre udržanie informovanosti zamestnancov a ich schopnosti reagovať na aktuálnu situáciu. Aktuálne znalosti a informácie sú kľúčové pre efektívne riadenie rizík spojených s pandémiou a pre ochranu zdravia a bezpečnosti zamestnancov.

Tento tréningový program by mal pomôcť zamestnancom v oblasti výroby lepšie sa prispôbiť novým podmienkam a výzvam spojeným s pandémiou COVID-19 a zaistiť ich bezpečnosť a úspešnosť pri práci v tejto dobe.

ZÁVER:

Chceli by sme vám poďakovať za vašu účasť, angažovanosť a odhodlanie počas tejto výnimočnej doby. Program bol navrhnutý tak, aby vám poskytol zručnosti a znalosti, ktoré vám umožnia pracovať bezpečne a efektívne v období, keď pandémie COVID-19 ovplyvňuje náš pracovný svet.

Niekoľko dôležitých bodov, ktoré by sme chceli zdôrazniť:

Bezpečnosť na pracovisku je našou prioritou. Buďte si vedomí významu dodržiavania hygienických a bezpečnostných opatrení, ktoré sme vám predstavili. Vaša spolupráca a zodpovednosť zohrávajú kľúčovú úlohu pri ochrane vášho i zdravia vašich kolegov.

Ste tím, ktorý sa dokáže prispôbiť rýchlym zmenám. Naučili ste sa, ako efektívne pracovať na diaľku, a máte schopnosti riešiť nečakané situácie. Táto zručnosť bude cenná aj v budúcnosti.

Starostlivosť o duševné zdravie je rovnako dôležitá ako starostlivosť o fyzické zdravie. Máte teraz nástroje a znalosti, ako zvládať stres a úzkosť, a máte právo na podporu, pokiaľ ju potrebujete.

Informácie sú kľúčom k nášmu úspechu. Buďte informovaní a aktívne zdieľajte dôležité informácie s vašimi kolegami.

Ďakujeme vám za vašu odhodlanosť a profesionálny prístup v tejto dobe neistoty. Spoločne sme preukázali, že sme schopní prekonať aj najťažšie výzvy.

Pamätajte, že sme tu pre Vás, aby sme Vám poskytli podporu a priestor na akékoľvek otázky alebo obavy, ktoré by sa mohli vyskytnúť. Vaše zdravie, bezpečnosť a pohoda sú našou prioritou.