

Factsheet Corona

Wat is Corona?

Het Coronavirus is een virus dat in onze longen kan komen. Het is een vergelijkbaar virus als het SARS-virus dat in 2003 uitbrak. Het is wel een ander virus waardoor het minder dodelijk is maar wel veel besmettelijker. Er worden verschillende namen voor het virus gebruikt.

Wat doet het? (symptomen)

Symptomen verschillen per persoon. Het lijkt een beetje op griep maar het kan heel heftig uitpakken, inclusief longontsteking en diarree. Symptomen zijn o.a. verkoudheid, keelpijn, hoesten, koorts en kortademigheid. Het kan zelfs leiden tot falen van de organen waardoor men kan overlijden.

Hoe kun je besmet worden?

Besmetting gebeurt vooral direct van mens op mens door hoesten en niezen. Als iemand hoest of niest komen er kleine druppeltjes vrij 'aerosolen' waar het virus in kan zitten. Deze druppeltjes kunnen tot wel 1,5 meter ver komen. Als druppeltjes waar het virus in zit op materiaal terecht komen, kan het virus nog een poosje intact blijven. Als je het dan aanraakt en vervolgens je mond, neus of ogen aanraakt, kun je het virus ook binnenkrijgen.

Maatregelen

Hoewel de symptomen bij veel mensen mild zijn, is het virus toch erg gevaarlijk. Dit komt omdat vooral ouderen en zwakkere mensen er erg ziek van kunnen worden of zelfs aan overlijden. Het is een nieuw virus, daardoor is er nog niemand immuun voor. Dit heeft een enorme gevolgt voor de samenleving. Als iedereen ziek wordt, ligt alles stil. Dan is er geen zorgpersoneel meer, geen voedselvoorrading, enz. Kortom, dan vallen er ontzettend veel doden. Daarom moeten we nu zo min mogelijk sociale contacten hebben. Daarmee voorkomen we dat veel mensen nu het virus krijgen.

Wat kun je doen?

De Rijksoverheid schrijft aan ons allen maatregelen voor om te voorkomen dat het virus zich verspreidt:

- Blijf thuis als je verkoudheidsklachten hebt.
- Blijf thuis als je verkouden huisgenoot koorts of benauwdheidsklachten krijgt..

- Blijf 10 dagen in quarantaine na een risicovol nauw contact met een besmet persoon en na een melding vanuit de App CoronaMelder.
- Op de 5e dag van de quarantaine kun je zonder klachten een PCR-coronatest aanvragen. Is de testuitslag negatief, dan mag je uit quarantaine.
- Schud geen handen.
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van elkaar.
- Was je handen regelmatig met water en zeep.
- Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.
- Gebruik papieren zakdoekjes.
- Blijf 10 dagen in quarantaine nadat je uit een oranje of rood gebied uit het buitenland komt.

Laat zo snel mogelijk een test uitvoeren bij degene die klachten heeft! Als jijzelf klachten hebt en getest bent:

- Ga werken bij een negatieve test (geen corona) en als je voldoende hersteld bent.
- Overleg zonodig met bedrijfsarts.

Als je huisgenoot klachten heeft en getest is:

- Bij een negatieve test (geen corona) mag je naar het werk als jijzelf geen klachten hebt.

Werken

Werk thuis als je functie dit toelaat. Kan dit niet en heb je verkoudheidsklachten, zoals keelpijn, snotteren, hoesten of koorts? Meld je ziek en ga de deur niet uit. Heeft je huisgenoot koorts en/of benauwdheidsklachten, meld dit bij je werkgever en ga de deur niet uit. Als je in een vitaal proces werkt, dan mag je eventueel werken als je huisgenoot koorts en/of benauwdheidsklachten heeft. Overleg dit met je werkgever. Houd je altijd aan de hierboven genoemde maatregelen.

Let op: houd altijd 1,5 meter afstand van anderen!
Was regelmatig je handen met water en zeep. Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.

Reizen

Per 1 juli is samen reizen toegestaan onder de volgende voorwaarden:

- Houd een rittenadministratie bij.
- Bij instappen vindt er een gezondheidscheck plaats.
- Vanaf drie inzittenden draagt iedereen een niet-medisch mondkapje.
- Zorg voor voldoende ventilatie.
- Reinig bedieningsmiddel met water en een ontvettend schoonmaakmiddel.

Bel vooraf de klant

De klant wordt vooraf gebeld. Zo kom je te weten of de klant tot de volgende groepen behoort:

1. Klanten hebben (zeer waarschijnlijk) het nieuwe Coronavirus en/of zitten in quarantaine.
2. Klanten hebben lichte klachten (hoesten, keelpijn, neusverkouden, koorts).

Werkzaamheden bij deze klanten alleen in geval van ernstige storing of calamiteit uitvoeren.

Bij een particulier in huis werken

In het gesprek ga je na of de bewoners onder een kwetsbare groep vallen. Ja?

- Geef aan wat de werkzaamheden precies zijn en hoeveel contact met werknemers zij naar verwachting hebben
- Bied aan om het werk onder dezelfde voorwaarden later uit te voeren
- Als de bewoners het goed vinden dat de werkzaamheden plaatsvinden, dan geven zij hier schriftelijk toestemming voor.

Geen Corona, geen verkoudheidsklachten en niet kwetsbaar.

Je kunt aan het werk met de volgende maatregelen:

- Vraag instemming van bewoners voor je naar binnen gaat.
- Vraag klanten om hun huis goed te ventileren.
- Vraag klanten om de installatie goed bereikbaar te maken.
- Houd minimaal 1,5 meter afstand tot klanten.
- Houd hanvatten, deurklinken en toilet schoon.
- Beperk het bezoek tot het noodzakelijke werk.
- Vermijd bij het afrekenen zoveel mogelijk contact.

Klant heeft (mogelijk) het virus

Voer de werkzaamheden alleen uit bij een ernstige calamiteit.

Hiervoor gelden deze maatregelen:

- De buitendeur staat open of wordt door iemand anders vanaf buiten geopend.
- De klant bevindt zich in een andere ruimte.
- Communiceer met de klant via de telefoon.
- Draag eventueel aanvullende beschermingsmiddelen:
 - Wegwerphandschoenen

- Wegwerpoverall
- Wegwerpsloffen
- Veiligheidsbril (wegwerp of anders desinfecteren)
- Vraag om het huis goed te ventileren.
- Vraag om de werkplek goed bereikbaar te maken.

Starten met werken

Bij het eerste fysieke contact met de klant draag je een mondkapje, gebruik dit contact om afspraken te maken zodat contact binnen 1.5m tijdens de verdere werkzaamheden zo veel mogelijk wordt voorkomen. Zorg dat je altijd de juiste PBM's bij de hand hebt. Als je in teams werkt, maak vaste teams zodat je altijd met dezelfde collega werkt. Deel geen gereedschappen, telefoons, PBM's of andere voorwerpen met elkaar. De eerder genoemde maatregelen gelden altijd. Niezen in je elleboog, vaak handen wassen met water en zeep en materialen reinigen. Spreek elkaar continu aan en corrigeer elkaar op gevaarlijk gedrag. Bij samenwerken zoals tillen, laden en lossen is niet altijd afstand te houden. Stel het uit of gebruik hulpmiddelen. Overleggen? Doe dit maximaal met 3 personen.

Blijven er vragen bel je arbodienst of de Helpdesk Corona
Bouw & Techniek: 085- 080 1544

Werken zonder afstand onvermijdelijk?

Maak afspraken over veilig werken met de Corona verantwoordelijke. Kijk of het mogelijk is om afgeschermd te werken. Raak niet dezelfde oppervlakken aan als je collega. Blijf een ieder aan één kant werken.

Heb je twijfel of je het werk moet uitvoeren: stop met je werk en overleg! Blijven er vragen bel je arbodienst of de Helpdesk Corona Bouw & Techniek: 085 - 080 1544

Schaften

Voor en na de pauze altijd je handen wassen en insmeren. Check bij je collega's of iedereen nog gezond is. Heeft iemand klachten gekregen, stuur diegene naar huis. Bespreek met elkaar de verbeterpunten en neem maatregelen. Schaft het liefst in de buitenlucht of ventileer de bouwkeet. Houd in ieder geval 1,5 meter afstand. Is dit niet mogelijk? Schaft in groepen. Vervang je handschoenen als dit nodig is en vul je PBM's weer aan. Neem geen gebruikte mondkapjes mee de ruimte in waarin je eet.

Andere contactmomenten

Werk voor overleg met videobellen. Als je tussentijds moet overleggen neem de maatregelen in acht. Houd afstand, ook bij het bekijken van bouwtekeningen. Vermijd bezoek aan een supermarkt voor de lunch en was je handen na een bezoek buiten de bouwplaats.

Mondkapjes

Je gebruikt een mondkapje op plekken of momenten waarop dat verplicht is. Bijvoorbeeld als je in een publieke binnenruimte bent en je kunt je werkplek niet afzetten, of als je met meer dan 2 personen in een auto of bus reist.

Daarnaast mag je een mondkapje dragen als het houden van 1,5m afstand bij het samenwerken of contact met de klant écht onmogelijk is. Je draagt het mondkapje dan in aanvulling op de andere maatregelen.

Je draagt in ieder geval geen mondkapje als er gevaar is door draaiende delen of bij brandgevaar.

Om mondkapjes te kunnen dragen moet je rekening houden met het volgende:

- Ze zijn voor éénmalig gebruik.
- Was je handen na het afzetten.
- Raak het mondkapje alleen bij de lussen aan.

Ongevallen

Draag een mondkapje bij het bieden van eerstehulp.

- Beoordeel de ademhaling door alleen naar de borstkas te kijken, open de luchtweg niet,
- Bedek losjes de mond en neus met een doek of shawl,
- Geef GEEN beademing, WEL borstcompressies,
- Sluit de AED aan zo gauw deze beschikbaar is.

Einde werkdag

Bespreek de dag na op verbeterpunten en neem maatregelen voor de volgende dag. Neem extra tijd voor het reinigen van gereedschap. Gooi gebruikte PBM's weg op de juiste plek en vul deze weer aan. Neem ook bij het naar huis reizen de regels voor het reizen in acht. Reinig de bedieningsmiddelen van de auto. Bij thuiskomst je handen wassen en insmeren met een vette crème. Zorg dat je elke dag schone werkkleding aantrekt.

Zorg goed voor jezelf en je hygiëne, vermijd overmatig alcohol gebruik en zorg voor voldoende slaap. Dit houdt je immuunsysteem sterk!

**Helpdesk Corona
Bouw & Techniek**

Tel: 085 - 080 1544

Mail en chat via:

www.helpdeskcorona-bt.nl