



مرض فيروس كورونا (كوفيد-19)

الوقاية من انتشار مرض كوفيد-19 في مقر العمل: نصائح لأرباب العمل والموظفين والعمال الأساسيين

نحن بصدد اتخاذ إجراءات استثنائية في جميع أنحاء كندا لمنع انتشار مرض كوفيد-19. وهذا يعني بالنسبة لبعض مقرات العمل أن أوقات العمل قد تتغير أو قد تنقص أو قد يضطر صاحب العمل إلى إغلاق محل العمل لمدة غير محددة. وقد تم إخبار العديد من الموظفين والعمال بالمكوث في بيوتهم، وطلب من بعضهم العمل من البيت، بينما طلب من الآخرين الاستمرار في الذهاب إلى مقر عملهم لأن وظائفهم وأعمالهم تُعتبر أساسية لا يمكن الاستغناء عنها لضمان عدم توقف الخدمات وسير الحياة في كندا أثناء انتشار هذا الوباء.

يُعتبر الموظفون والعمال الأساسيون ضروريين للحفاظ على الحياة وتقديم الخدمات الصحية والاجتماعية الأساسية. وهذا يشمل، على سبيل المثال لا الحصر، رجال الإسعاف الأولي، وموظفو الرعاية الطبية، وعمال البنية التحتية الأساسية مثل خدمات الكهرباء والغاز الطبيعي، والعمال الذين هم ضروريون لإمداد المجتمع بالبضائع الأساسية مثل المواد الغذائية والأدوية.

ورغم أنه يجب على جميع الموظفين والعمال ممارسة التباعد الاجتماعي والالتزام بالنظافة في حياتهم الشخصية، يجب علينا أيضاً اتخاذ إجراءات إضافية لحماية مقرات العمل والموظفين الذين يقدمون الخدمات الأساسية. فيجب على أرباب العمل والموظفين والعمال أن يتعاونوا مع بعضهم البعض لحماية صحة الموظفين والزبائن وضمان استمرار تقديم الخدمات الأساسية.

ينبغي لأرباب العمل استخدام التوجيهات لاتخاذ قرارات مبنية على المعلومات المتعلقة بالمخاطر الخاصة بمقرات العمل والمشاريع التجارية أثناء وباء كوفيد-19.

إرشادات لجميع الموظفين والعمال

يجب على جميع الموظفين والعمال أن يفهموا ويلتزموا بإجراءات وممارسات الوقاية من العدوى المعمول بها في مقرات عملهم.

احرصوا على نظافة أيديكم:

- يجب عليكم الإكثار من غسل أيديكم بالصابون والماء لمدة 20 ثانية على الأقل
- استعملوا معقم أو مطهر اليدين المصنوع من الكحول إذا لم تجدوا الصابون والماء
- تجنبوا لمس أعينكم وأنفكم وفمكم
- ينبغي أن تسعلوا أو تعطسوا في مفرق ذراعكم
- تجنبوا لمس الأسطح التي يلمسها الناس بكثرة
- لتوجيه التحية، ينبغي التلويح باليد أو التحية بالمرفق بدل المصافحة باليد
- استعملوا أية وسائل شخصية وقائية ضرورية، حسب الإرشادات

احرصوا على نظافة محيطكم:





- استعملوا **المنتجات** المناسبة لتنظيف وتطهير مكاتبكم وأسطح العمل والهواتف ولوحات مفاتيح الكمبيوتر والأجهزة الإلكترونية، وأجهزة "كاش رجستر"، ولوحات المفاتيح، وأزرار المصاعد وطاولات المطاعم على الأقل مرتين في اليوم أو أكثر إذا بدى عليها الوسخ.
- وإذا كانت مواد التطهير السائلة لا تخلق أي ضرر أو تلف بهذه الأجهزة، فيمكن تطهير الأجهزة الإلكترونية التي يلمسها الناس بكثرة، مثل الهواتف والكمبيوترات والأجهزة الأخرى، بمطهر يحتوي على نسبة 70% من الكحول (مثل المناديل المطهرة بالكحول).

اتركوا مسافة بينكم وبين الأشخاص الآخرين

- ينبغي ترك مسافة (2) مترين بينكم وبين زملائكم في العمل والزبائن.
- يجب ترك المزيد من المسافة التي تفصل بين المكاتب والطاولات ومحطات العمل.
- يجب عليكم التقليل من الأنشطة التي تتطلب الاقتراب الجسدي أو الاتصال المباشر بالأشخاص، مثل الاجتماعات
- احرصوا على أن يكون أي اتصال يتطلب الاقتراب من شخص آخر على مسافة أقل من (2) مترين قصيراً ما أمكن.

إذا شعرت بإحدى أعراض مرض كوفيد-19

- إذا كنت تظن أنك مصاب بمرض كوفيد-19، استخدم **هذه الوسيلة للتقييم الذاتي** لمعرفة ما يجب عليك فعله.
- من الضروري جداً أن تمكث في بيتك إذا شعرت بإحدى أعراض مرض كوفيد-19 (مثل الحمى أو السعال أو صعوبة التنفس)، حتى ولو كانت خفيفة، وذلك لتجنب نقل المرض إلى الآخرين.
- إذا ظهرت عليك **أعراض** مرض كوفيد-19، حتى ولو كانت خفيفة، أثناء تواجدك في عملك، فيجب عليك أن تعزل نفسك عن الآخرين وأن تذهب إلى بيتك، وتجنب استخدام وسائل النقل والمواصلات العامة (مثل الحافلات والقطار وسيارة الأجرة/الطاكسي) إن أمكن.
- اتصل **بسلطة الصحة العامة المحلية** واتبع إرشاداتهم.
- إذا كنت قلقاً على وضعك المالي في هذا الظرف، فإن الحكومة الكندية تقدم **المساعدة**.

إرشادات إلى أرباب العمل

يجب وضع إجراءات للحد من انتشار مرض كوفيد-19 في مقر العمل وإبلاغ العمال بها وتأكدوا من أن الموظفين والعمال قد فهموها فهماً جيداً:

- يجب استخدام **التوجيهات** لاتخاذ قرارات مبنية على المعلومات المتعلقة بالمخاطر الخاصة بمقرات العمل والمشاريع التجارية أثناء وباء كوفيد-19.
- يجب الزيادة في التواصل مع الموظفين والزبائن بخصوص مرض كوفيد-19 وإبلاغهم بالإجراءات التي تتخذونها من أجل الوقاية من هذا المرض.
- يجب وضع إعلانات تطلب من الزبائن المرضى الابتعاد عن مقر العمل.
- يجب وضع إعلانات تشجع على اتباع أساليب النظافة المتعلقة بالجهاز التنفسي، ونظافة اليدين، والممارسات الصحية الأخرى
- يجب تعديل السياسات والإجراءات، حيثما أمكن، للتقليل من الاتصالات الاجتماعية المباشرة وذلك بالتشجيع على العمل عن بعد، والمرونة في أوقات العمل، والمرونة في تحديد أوقات بدء العمل والانتهاؤ منه، واستخدام البريد الإلكتروني والاجتماعات عن بعد.
- يجب إلغاء أو تأجيل جميع الاجتماعات أو الأسفار غير الضرورية.
- يجب الانتباه إلى أماكن أو مساحات العمل التي يلتقي فيها الناس بصورة أكثر ويتبادلون فيها الأماكن والأشياء وحرصوا على الإكثار من تنظيف هذه الأماكن.



- فكروا في الطرق التي يمكن من خلالها للموظفين والعمال أن يمارسوا التباعد الاجتماعي، مثل الزيادة في المسافة التي تفصل بين المكاتب والأشخاص الذين ينتظرون في الطوابير، ومحطات العمل.
- فكروا في الحلول التي يمكن من خلالها تقليل التفاعل والاتصال بين الزبائن وبين موظفيكم وعمالكم، مثل وضع حد أدنى لعدد الزبائن الذين يمكنهم الدخول إلى محل عملكم أو تقديم الخدمات إلى الزبائن عبر الهاتف. ومن الأفضل ترك مسافة (2) مترين بين الموظفين والزبائن، ماعدا في حالة وجود حاجز وقائي (مثل مكتب أو نافذة زجاجية).
- يجب توفير المرافق ومواد التنظيف الضرورية للحفاظ على نظافة وسلامة مقر العمل:
- يجب توفير مرافق غسل اليدين ووضع معقمات أو مطهرات اليدين في أماكن واضحة وبارزة في شتى أنحاء مقر العمل.
- يجب التأكد من تطهير الأماكن التي تكثر فيها حركة المشي والأسطح التي يلمسها الناس بكثرة مرتين في اليوم.
- يجب التأكد من أن مستلزمات التنظيف متوفرة لدى الموظفين والعمال لتنظيف وتطهير أماكن عملهم.
- ينبغي تزويد الموظفين والعمال بكل ما يحتاجونه من وسائل الوقاية الشخصية التي توصي التوجيهات المهنية المتعلقة بالصحة والسلامة باستخدامها وتدريبهم على كيفية استعمالها لضمان استخدامها استخداماً صحيحاً.

يجب التأكد من أن الموظفين والعمال يعرفون الخطوات التي يجب القيام بها إذا ظهرت عليهم أعراض.

- يجب التفكير في تسهيل وتخفيف الإجراءات المتعلقة بالإجازة المرضية من أجل دعم الموظفين والعمال الموجودين في حالة انعزال ذاتي بسبب مرضهم. ويشمل ذلك تعليق ضرورة تقديم شهادة طبية عند العودة إلى العمل لأنه من شأن ذلك التخفيف من العبء الثقيل الملقى على نظام الرعاية الطبية.
- إذا كان الموظفون والعمال مضطرين للاستخدام وسائل النقل والمواصلات العامة، فيجب إيجاد حلول مرنة خاصة بأوقات العمل حتى يتمكن الموظفون والعمال من تجنب الانتقال في أوقات الذروة.
- يجب التفكير في الطرق التي يكمن من خلالها للموظفين والعمال العودة إلى بيوتهم دون استخدام وسائل النقل والمواصلات العامة إذا أحسوا بأعراض في مكان العمل.
- يجب الاستعداد لحالات الغيابات المتزايدة بسبب إصابة الموظفين والعمال أو ذويهم بالمرض أو بسبب إمكانية إغلاق المدارس.

السفر لإنجاز مهمة عمل

- حالياً يجب تجنب جميع أنواع السفر غير الضرورية.
- يجب التفكير في المخاطر والمنافع المترتبة عن أي سفر قادم لإنجاز مهمة عمل والتفكير في إيجاد حلول بديلة مثل تأجيل السفر، أو إلغاءه أو الاجتماع عن طريق الوسائل الافتراضية.
- ينبغي مراجعة ما استجد من المعلومات المتعلقة بالمناطق المصابة [والإعلانات الصحية المتعلقة بالسفر](#).
- عند عودتك من أي سفر خارج كندا، يجب عليك أن تقوم بالانعزال الذاتي لمدة 14 يوماً.
- عند عودتك من أي سفر داخل كندا، يجب عليك أن تراقب نفسك لرصد الأعراض، مثل السعال والحمى وصعوبة التنفس لمدة 14 يوماً.
- إذا شعرت [بأعراض](#)، حتى ولو كانت خفيفة، مثل السعال والحمى وصعوبة التنفس، فيجب عليك [عزل](#) نفسك في البيت والاتصال [بسلطة الصحة العامة](#) المحلية للحصول على الإرشادات.

سفر العمال الأساسيون في مهمة عمل

- من المطلوب من عمال النقل الأساسيين، مثل سائقي شاحنات البضائع، وطواقم الطيران وعمال القطارات، أن يسافروا لضمان استمرار حركة تنقل البضائع والأشخاص الضروريين لمكافحة مرض كوفيد-19 واستمرار الخدمات وسير الحياة في البلاد.
- ليس من المطلوب من العمال الأساسيين القيام بالانعزال الذاتي لمدة 14 يوماً بعد سفرهم في مهمة عمل، لكن المطلوب منهم القيام بالانعزال الذاتي إذا ظهرت عليهم أعراض حتى ولو كانت خفيفة.



كل واحد منا يستطيع أن يقوم بدوره في منع انتشار مرض كوفيد-19. للمزيد من المعلومات، الرجاء زيارة الموقع الإلكتروني
أو الاتصال برقم الهاتف **1-833-784-4397** Canada.ca/coronavirus
Canada.ca/le-coronavirus