



**COVID 19**  
**ΟΔΗΓΟΣ**  
**ΓΙΑ ΤΗ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ**  
**ΤΡΟΦΙΜΩΝ**

**28 Μαΐου 2020**

## ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΟΔΗΓΟΥ

Ο παρών οδηγός αποτελεί μια πρωτοβουλία του Ενιαίου Φορέα Ελέγχου Τροφίμων (ΕΦΕΤ) σε συνεργασία με το Σύνδεσμο Ελληνικών Βιομηχανιών Τροφίμων (ΣΕΒΤ), με σκοπό την παροχή απλών και πρακτικών οδηγιών, **προς τη Βιομηχανία Τροφίμων**, υπό το πρίσμα της νέας πραγματικότητας που έχει δημιουργηθεί από τη νόσο COVID-19. Οι οδηγίες βασίζονται στην ανάλυση του προφίλ επικινδυνότητας του ιού για τους χώρους της Βιομηχανίας Τροφίμων και στις βέλτιστες πρακτικές όπως αυτές αποτυπώνονται σε διεθνείς και εθνικές συστάσεις.

## Η ΟΜΑΔΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Γεώργιος Νυχάς	Γεωπόνος, Καθηγητής, Εργαστήριο Μικροβιολογίας & Βιοτεχνολογίας Τροφίμων, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου ΓΠΑ (Συντονιστής)
Φραγκίσκος Γαϊτής	Δρ. Βιολόγος-Μικροβιολόγος Τροφίμων, Προϊστάμενος Τμήματος Εργαστηρίων Δοκιμών & Ερευνών Τροφίμων Αθήνας του ΕΦΕΤ
Ρόδιος Γαμβρός	Χημικός, ΣΕΒΤ
Νικόλαος Θωμαΐδης	Χημικός, Καθηγητής, Εργαστήριο Αναλυτικής Χημείας, Τμήμα Χημείας ΕΚΠΑ
Δημήτριος Λαδικός	Δρ. Χημικός, Πρόεδρος Ελληνικής Τεχνολογικής Πλατφόρμας
Δήμητρα Παντελεάκη	Κτηνίατρος, Προϊσταμένη Διεύθυνσης Ασφάλειας Τροφίμων του ΕΦΕΤ
Βάσω Παπαδημητρίου	Γενική Διευθύντρια ΣΕΒΤ
Παναγιώτης Σκανδάμης	Γεωπόνος, Αναπληρωτής Καθηγητής, Εργαστήριο Ποιοτικού Ελέγχου & Υγιεινής Τροφίμων και Ποτών, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου ΓΠΑ

## Η ΠΑΝΔΗΜΙΑ COVID-19

Η νόσος COVID-19 η οποία προκαλείται από τον ιό SARS-CoV-2, είναι υψηλής μεταδοτικότητας λοιμώδης νόσος, κατά την οποία οι περισσότεροι ασθενείς παρουσιάζουν ήπια συμπτωματολογία και πλήρη ανάρρωση, ενώ η μειοψηφία των ασθενών (κυρίως άτομα με υποκείμενα νοσήματα ή/και μεγάλης ηλικίας), χρειάζονται νοσηλεία και έχουν βαριά πρόγνωση (σε περίπτωση οξείας αναπνευστικής ανεπάρκειας, σηπτικού σοκ ή συνδρόμου πολυοργανικής ανεπάρκειας).

## ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

Συχνότερα συμπτώματα είναι ο πυρετός, ο βήχας (συνήθως ξηρός), η δυσκολία στην αναπνοή και η κούραση. Λιγότερο συχνά συμπτώματα είναι οι μυϊκοί πόνοι, ο πονόλαιμος, η ρινική καταρροή, η απώλεια όσφρησης, η απώλεια γεύσης, η κεφαλαλγία και η διάρροια. Τα συμπτώματα εμφανίζονται 2-14 ημέρες μετά την έκθεση στον ιό.





## ΠΩΣ ΜΕΤΑΔΙΔΕΤΑΙ Ο ΙΟΣ

1. Από άτομο σε άτομο, κυρίως μέσω των σταγονιδίων που αποβάλλονται από το άτομο που έχει προσβληθεί με το φτέρνισμα, τον βήχα ή την εκπνοή.
2. Με σωματική επαφή όπως αγκαλιές, φιλιά, χειραψίες.
3. Από την επαφή των χεριών με μολυσμένα αντικείμενα ή επιφάνειες και τη μεταφορά του ιού στο στόμα, τα μάτια ή τη μύτη.



### ΙΟΣ ΚΑΙ ΤΡΟΦΙΜΑ

Οι ιοί, όπως και ο ιός SARS-CoV-2, δεν αποτελούν ζωντανά κύτταρα και χρειάζονται ένα ζωντανό κύτταρο (ξενιστή) για να αναπαραχθούν. Για το λόγο αυτό **δεν πολλαπλασιάζονται στα τρόφιμα και το νερό** εάν αυτά μολυνθούν.

Οι Βιομηχανίες Τροφίμων έχουν αναπτύξει και εφαρμόζουν Συστήματα Διαχείρισης Ασφάλειας Τροφίμων (ΣΔΑΤ). Τα Συστήματα αυτά βασίζονται στις αρχές Ανάλυσης Κινδύνου και Κρίσιμων Σημείων Ελέγχου (HACCP), και προβλέπουν όλες τις βασικές προϋποθέσεις και δραστηριότητες που απαιτούνται για τη διατήρηση ενός υγιεινού περιβάλλοντος εργασίας και επεξεργασίας των τροφίμων καθώς υποστηρίζονται από προαπαιτούμενα προγράμματα τα οποία περιλαμβάνουν: ορθές πρακτικές υγιεινής, καθαρισμού και απολύμανσης, χωροταξική οριοθέτηση των περιοχών επεξεργασίας, έλεγχο του προμηθευτή, έλεγχο των διαδικασιών αποθήκευσης, διανομής και μεταφοράς, υγιεινή του προσωπικού και ικανότητα εργασίας αυτού.

Σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Αρχή για την Ασφάλεια των Τροφίμων (European Food Safety Authority - [EFSA](#)), δεν υπάρχουν στοιχεία που να τεκμηριώνουν ότι τα τρόφιμα ενέχουν κίνδυνο για τη δημόσια υγεία σε σχέση με την νόσο COVID-19.

**Ο παρών οδηγός εστιάζει σε επιπρόσθετα μέτρα αποκλειστικά για την πρόληψη νόσησης και διασποράς του SARS-CoV-2.**





Κατευθυντήριες οδηγίες

## ΓΙΑ ΥΠΕΥΘΥΝΟΥΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

**Διαδικασίες και χώροι απασχόλησης όπου μπορεί να υπάρξει έκθεση στον ιό SARS-CoV-2** (συμβουλευτείτε το Προφίλ Επικινδυνότητας του SARS-CoV-2):

- ⇒ Προμήθεια, παραλαβή
- ⇒ Αποθήκευση Α' υλών και υλικών συσκευασίας
- ⇒ Μεταφορά στο χώρο επεξεργασίας
- ⇒ Επεξεργασία (με την ευρύτερη έννοια)
- ⇒ Συσκευασία
- ⇒ Αποθήκευση τελικών προϊόντων
- ⇒ Αποστολή προς διανομή
- ⇒ Πωλήσεις
- ⇒ Προσέλευση και αποχώρηση προσωπικού
- ⇒ Προσέλευση και παραμονή εξωτερικών συνεργείων/ επισκεπτών
- ⇒ Κάρτα παρουσίας
- ⇒ Γραφεία (χρήση κοινών εργαλείων, αντιμετώπιση επισκεπτών, εξωτερικών συνεργατών, προμηθευτών, πελατών)
- ⇒ Ανελκυστήρες
- ⇒ Εργαστήρια ανάλυσης
- ⇒ Τουαλέτες
- ⇒ Κυλικείο / Χώροι διαλείμματος
- ⇒ Αποκομιδή απορριμμάτων

### Οργανωτικά μέτρα:

#### **A. Αποφυγή συγχρωτισμού/Τήρηση των απαιτήσεων «απόστασης»**

- Αναδιοργανώστε τη ροή των εργασιών (π.χ. ενίσχυση αυτοματισμού των διαδικασιών επεξεργασίας των τροφίμων) και αναδιατάξτε τον εργασιακό χώρο ώστε να διασφαλίζεται, στο μέτρο του εφικτού, η απόσταση των 1,5 – 2 μέτρων μεταξύ των εργαζομένων τουλάχιστον, να αποφεύγονται μη απαραίτητες μετακινήσεις μεταξύ περιοχών της βιομηχανίας, καθώς και να τηρείται ο προβλεπόμενος αριθμός ατόμων ανά μονάδα επιφάνειας. Όταν η γραμμή παραγωγής δεν επιτρέπει κάτι τέτοιο, επιπρόσθετα μέτρα που μπορούν να ληφθούν προς αυτήν την κατεύθυνση είναι η χρήση προστατευτικών χωρισμάτων plexiglass, η σήμανση της απαιτούμενης απόστασης στο δάπεδο των χώρων εργασίας, καθώς και η χρήση μέσων ατομικής προστασίας (ΜΑΠ) (γάντια, μάσκες πάνινες δύο στρώσεων ή χειρουργικές μίας χρήσης).
- Εφαρμόστε πρακτικές σταθερής σύνθεσης ομάδων/ βάρδιας (θα βοηθήσει σε περίπτωση ανάγκης ιχνηλάτησης επαφών κρούσματος).

## **B. Εργαστείτε εξ' αποστάσεως:**

- με τηλεργασία όπου είναι εφικτό.
- με πραγματοποίηση εκδηλώσεων και διασκέψεων με εναλλακτικά μέσα αξιοποιώντας τεχνολογίες πληροφορικής και επικοινωνιών (π.χ. τηλεδιασκέψεις).
- με πραγματοποίηση τηλεδιασκέψεων ακόμη και μεταξύ ατόμων που εργάζονται δια ζώσης στην ίδια κτιριακή εγκατάσταση της βιομηχανίας για αποφυγή συγχρωτισμού. Όταν κάτι τέτοιο δεν είναι οργανωτικά ή τεχνικά εφικτό, οι συναντήσεις θα πρέπει να γίνονται με τον ελάχιστο δυνατό αριθμό ατόμων, σε καλά αεριζόμενο χώρο και για τη μικρότερη δυνατή χρονική διάρκεια

**Γ. Διαμορφώστε πρόγραμμα σταδιακής προσέλευσης / αποχώρησης των εργαζομένων.** Συνιστάται η οργάνωση σε ομάδες εργασίας ώστε να υπάρχει περιορισμένη αλληλεπίδραση μεταξύ των ομάδων. Επίσης, συνιστάται να ενθαρρύνετε τους εργαζόμενους να δηλώνουν στην επιχείρηση τυχόν εκδήλωση συμπτωμάτων σε αυτούς ή/και στο στενό τους περιβάλλον και να απόσχουν της εργασίας. Η επιχείρηση για να προωθήσει υπεύθυνες συμπεριφορές θα πρέπει να εφαρμόζει ευέλικτη πολιτική απουσιών λόγω ασθένειας. Εναλλακτικά μπορεί να εφαρμόσει άλλα μέτρα όπως η θερμομέτρηση κατά την προσέλευση.

**Δ. Διαμορφώστε πρόγραμμα ελεγχόμενης πρόσβασης των υπαλλήλων της επιχείρησης σε κοινόχρηστους χώρους** όπως χώροι διαλειμμάτων, ανάπαυσης, αποδυτήρια, λουτρά, τουαλέτες κ.λπ. με στόχο την αποφυγή του συνωστισμού.

**Ε. Προτρέψτε εργαζόμενους και επισκέπτες** να χρησιμοποιούν τις σκάλες και να αποφεύγουν τους ανελκυστήρες στο μέτρο του δυνατού.

**ΣΤ. Αναρτήστε πινακίδες ενημέρωσης-υπενθύμισης για την ατομική υγιεινή και τα προληπτικά μέτρα σε όλους τους χώρους.** Τα μηνύματα πρέπει να περιλαμβάνουν οπωσδήποτε τις προτροπές για:

- τη σωστή χρήση γαντιών (βλέπε Χρήσιμα βίντεο για εκπαίδευση α/α 8).
- τη σωστή χρήση μάσκας (όπου απαιτείται) (βλέπε Χρήσιμοι σύνδεσμοι/αρχεία α/α 7, 8).
- το σωστό πλύσιμο και την απολύμανση των χεριών (βλέπε Χρήσιμοι σύνδεσμοι/αρχεία α/α 5, 6).
- τη μέριμνα για την τήρηση αποστάσεων.





- Ζ. Ρυθμίστε την προσέλευση τρίτων (π.χ. πελατών, εξωτερικών συνεργατών κ.λπ.) στους απολύτως αναγκαίους για τις λειτουργικές ανάγκες.** Σε όσους είναι αναγκαίο να επισκεφθούν την εγκατάσταση, ρυθμίστε την προσέλευση τους στο χώρο εργασίας, ώστε να αποφεύγεται ο συνωστισμός και να εξασφαλίζεται η τήρηση των απαιτούμενων αποστάσεων και η χρήση ΜΑΠ (π.χ. μάσκες).
- Η. Ενημερώστε οδηγούς, προμηθευτές, εξωτερικούς συνεργάτες, πελάτες, επισκέπτες,** με κάθε πρόσφορο μέσο (αφίσες, ενημερωτικά φυλλάδια κ.λπ.) σε επιλεγμένους χώρους των εγκαταστάσεων που πρόκειται να επισκεφθούν για τις οδηγίες των Αρμόδιων Κρατικών Αρχών.
- Θ. Μεριμνήστε για τον επαρκή αερισμό** (με έμφαση στο φυσικό αερισμό) όλων των χώρων και την αποφυγή του συγχρωτισμού ατόμων σε κλειστούς χώρους χωρίς επαρκή ανανέωση του αέρα. Απαιτείται τακτική συντήρηση των συστημάτων εξαερισμού – κλιματισμού (βλέπε *Χρήσιμοι σύνδεσμοι/αρχεία α/α 12, 14*).
- Ι. Πάσης φύσεως συνεργεία θα πρέπει να εισέρχονται στους χώρους εργασίας τους με χρήση προστατευτικού ρουχισμού** (πλαστική ποδιά μιας χρήσης, μάσκες, γάντια).
- Κ. Μεριμνήστε για ένα οργανωμένο σύστημα διαχείρισης απορριμμάτων** (βλέπε θέση εργασίας «*Εργαζόμενοι στην καθαριότητα κοινόχρηστων χώρων – διαχείριση απορριμμάτων δυνητικά μολυσματικού υλικού*»).



## Μέτρα για την υγεία και την υγιεινή του προσωπικού, των χώρων και του εξοπλισμού

⇒ Επάρκεια νιπτήρων για πλύσιμο χεριών. Συνιστώνται μπαταρίες χωρίς επαφή με το χέρι (ποδοκίνητες, με φωτοκύτταρο κ.λπ.).

⇒ Παροχή και εφοδιασμός στα σημεία πλυσίματος:

- σαπουνιών για πλύσιμο χεριών.
- υλικών για στέγνωμα χεριών (χειροπετσέτες μίας χρήσης, στεγνωτήρες).
- αντισηπτικών διαλυμάτων (κατάλληλων για χρήση ατομικής υγιεινής) στις εισόδους/εξόδους και στους κοινόχρηστους χώρους της επιχείρησης με έμφαση στις περιπτώσεις που οι εργαζόμενοι έρχονται σε επαφή με το ευρύ κοινό ή με επιφάνειες κοινής χρήσης (π.χ. πόμολα, ωρολόγια παρουσίας) και δεν υπάρχει δυνατότητα πλύσης χεριών.



⇒ Παροχή στους εργαζόμενους ρουχισμού και κατάλληλων ΜΑΠ όπως γάντια, μάσκες, φιλέ, σύμφωνα με τις κατά περίπτωση ειδικές οδηγίες του ΕΟΔΥ, εκπαίδευση των εργαζομένων για την ορθή και ασφαλή χρήση τους και αποθήκευση. Αυστηρή σύσταση η αλλαγή ρουχισμού να γίνεται αποκλειστικά εντός της επιχείρησης.

⇒ Καθορισμός υπευθύνου για την επίβλεψη της τήρησης και σωστής χρήσης των μέτρων και μέσων προστασίας.

⇒ Διάθεση και τοποθέτηση σκεπαστών ποδοκίνητων κάδων απορριμμάτων, όπου θα απορρίπτονται αμέσως μετά τη χρήση τους τα ΜΑΠ μιας χρήσης, καθώς και τα μαντηλάκια, οι χειροπετσέτες ή άλλα μέσα που χρησιμοποιήθηκαν για την απολύμανση των επιφανειών εργασίας, καθώς και είδη προσωπικής υγιεινής.

⇒ Φροντίδα για συχνό πλύσιμο των ενδυμάτων εργασίας (φόρμες, ποδιές κ.λπ.) και των ΜΑΠ που χορηγούνται (εφόσον δεν είναι μιας χρήσης). Το πλύσιμο θα πρέπει να γίνεται στους 60°C τουλάχιστον και να ακολουθείται από σιδέρωμα



⇒ Μέριμνα για αυστηρά προσωπική χρήση των ΜΑΠ.

⇒ Προμήθεια των κατάλληλων απορρυπαντικών-απολυμαντικών για χρήση έναντι του ιού.

⇒ Εντοπισμός και τακτικός καθαρισμός και απολύμανση, των επιφανειών και των αντικειμένων που αγγίζονται πιο συχνά και από πολλούς όπως, διακόπτες, χειρολαβές θυρών, πληκτρολόγια, κουπαστές σε σκάλες και διαδρόμους, ντουλάπια.

⇒ Χρήση απολυμαντικών χωρίς υπολειμματική δράση σε χώρους όπου υπάρχουν τρόφιμα.

⇒ Σχεδιασμός ενός ολοκληρωμένου και αποτελεσματικού προγράμματος καθαρισμού και απολύμανσης καθώς και διαχείρισης απορριμμάτων ατομικής υγιεινής.

## Προληπτικά μέτρα - Διαχείριση ύποπτου κρούσματος:

### Εκπαίδευση προσωπικού και μέσω γραπτών οδηγιών:

- ατομικής υγιεινής, πλυσίματος χεριών, ορθής χρήσης γαντιών και μάσκας, αποφυγής συγχρωτισμού.
- καθοδήγησης για τα συμπτώματα της νόσου COVID-19, ώστε το προσωπικό να είναι σε θέση να αναγνωρίζει τα συμπτώματα νωρίς και να μπορεί να ζητήσει κατάλληλη ιατρική βοήθεια και εξετάσεις.
- για την αναφορά ασθένειας από το προσωπικό και κανόνων για την επιστροφή του προσωπικού στην εργασία όταν αναρρώσει από την ασθένεια.
- σχετικά με τον τρόπο αποτροπής της εξάπλωσης της νόσου COVID-19, σε περίπτωση θετικού δείγματος, στο προσωπικό που εργάζεται σε χώρους τροφίμων.



*Προς υπεύθυνο επιχείρησης*

### **Εάν ένας εργαζόμενος εμφανίσει συμπτώματα συμβατά με τη νόσο COVID-19, τότε:**

- Απομονώστε με ασφάλεια το ύποπτο περιστατικό.
- Καλέστε αμέσως τον ΕΟΔΥ για οδηγίες σχετικά με τα επόμενα βήματα.
- Ενημερώστε άλλους υπαλλήλους για την πιθανή έκθεση, με σεβασμό στα προσωπικά δεδομένα του κρούσματος και ζητήστε τους να ακολουθήσουν τις οδηγίες που τους έχουν διανεμηθεί.
- Απολυμάνετε όλες τις επιφάνειες με έμφαση στους χώρους εργασίας του ύποπτου κρούσματος.



## ΓΙΑ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ



### Αν αισθανθείτε αδιαθεσία στο σπίτι:

- ⇒ Αν έχετε οποιοδήποτε από τα συμπτώματα της νόσου **ΜΕΙΝΕΤΕ ΣΠΙΤΙ**.
- ⇒ Ενημερώστε αμέσως τον προϊστάμενό σας.
- ⇒ Ειδοποιείτε τον ιατρό σας.
- ⇒ Ακολουθείστε τις οδηγίες του ΕΟΔΥ.

### Αν αισθανθείτε αδιαθεσία στο χώρο εργασίας:

- ⇒ Σταματήστε να εργάζεστε και ενημερώστε άμεσα τον υπεύθυνο της επιχείρησης, ο οποίος θα πρέπει να καλέσει άμεσα τον ΕΟΔΥ για οδηγίες.
- ⇒ Αυτό-απομονωθείτε σε έναν χώρο όπου δεν υπάρχουν άλλοι εργαζόμενοι ή πελάτες.
- ⇒ Μην γυρίσετε στην εργασία σας πριν περάσουν τουλάχιστον 14 ημέρες και πριν σας το επιτρέψει ο ιατρός σας (βλ και κανόνες επανόδου επιχείρησης).



### Βασικά μέτρα αυτοπροστασίας

⇒ Πλένετε τα χέρια σας με ζεστό νερό και σαπούνι για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα:

- Πριν και μετά την εργασία.
- Πριν φορέσετε και αφού βγάλετε τα γάντια μιας χρήσης κατά την προετοιμασία φαγητού.
- Κάθε φορά που βάζετε ένα νέο ζευγάρι γάντια.
- Αφού φορέσετε, αγγίξετε ή αφαιρέσετε τη μάσκα.

- Πριν, κατά τη διάρκεια και μετά την προετοιμασία φαγητού.
- Πριν φάτε φαγητό.
- Πριν και μετά το διάλειμμα εργασίας.
- Μετά τη χρήση της τουαλέτας.
- Αφού φουσήξετε τη μύτη σας και μετά από βήχα ή φτάρνισμα.

⇒ Εάν δεν υπάρχει σαπούνι, χρησιμοποιείτε ένα αντισηπτικό με βάση την αλκοόλη (με περιεκτικότητα τουλάχιστον 60%) και τρίψτε τα χέρια σας μέχρι να στεγνώσει το αντισηπτικό (περίπου 30 δευτερόλεπτα).

⇒ Σε χώρους όπου δεν υπάρχει βρύση με τηλεχειρισμό, χρησιμοποιήστε πετσέτα μιας χρήσης ή ανάλογα μέσο για να κλείσετε τη βρύση μετά το πλύσιμο των χεριών.

⇒ Απολυμάνετε τις επιφάνειες εργασίας και τα χειριστήρια πριν την έναρξη της βάρδιας σας. Οργανώστε την εργασία σας ώστε ένας χειριστής ανά βάρδια να έρχεται σε επαφή με ένα χειριστήριο, εργαλείο, πληκτρολόγιο, γραφείο. Εναλλακτικά καλύπτετε τα χειριστήρια μηχανών με μεμβράνη που να αλλάζει με κάθε αλλαγή χειριστή. Αν δεν είναι εφικτό αλλάζετε γάντια σε κάθε αλλαγή εργασίας, διαχείρισης διαφορετικών τροφίμων, μετά από επαφή με αντικείμενα τα οποία θεωρούνται δυνητικά μολυσμένα (κινητό, Η/Υ, ρούχα, πόμολα κ.λπ.) ή όταν σκιστούν. Απορρίψτε τα στους κάδους που υπάρχουν για τα χρησιμοποιημένα ΜΑΠ.



⇒ Χρησιμοποιείτε μάσκα (σύσταση) ακόμη και στις περιπτώσεις όπου δεν επιβάλλεται από τη νομοθεσία.

⇒ Μην ακουμπάτε το μπροστινό μέρος της μάσκας.

⇒ Μην ακουμπάτε με τα χέρια σας τα μάτια, τη μύτη και το στόμα.

⇒ Απομακρύνετε ρυπαρά υλικά, μετά από βήξιμο, φτέρνισμα, μετά την επαφή με μύτη/αυτιά, στόμα, μαλλιά απορρίπτοντας τα τους κάδους για τα χρησιμοποιημένα ΜΑΠ.

⇒ Η κατανάλωση κάθε είδους τροφής επιτρέπεται μόνο κατά τη διάρκεια του διαλείμματος.

## **Ειδικά μέτρα για συγκεκριμένες θέσεις εργασίας**

### **Εργαζόμενοι στην παραλαβή – αποθήκη:**

– Αποφεύγετε τις χειραψίες και περιορίστε την επαφή με τους οδηγούς των προμηθευτών .

– Χρησιμοποιήστε μάσκα και γάντια κατά την παραλαβή.

– Απολυμαίνετε τις λαβές από τα τροχήλατα καρότσια ή clark μεταφοράς. Εναλλακτικά καλύπτετε τα χειριστήρια μηχανών με μεμβράνη που να αλλάζει με κάθε αλλαγή χειριστή.

– Διαχειριστείτε τα αποθέματα και τις παραγγελίες ώστε να προγραμματίζονται οι παραλαβές με τη μικρότερη δυνατή συχνότητα και σε διαφορετικές ώρες ανά προμηθευτή.

– Παραλάβετε και παραδώστε έγγραφα (πχ τιμολόγια –παραστατικά) χωρίς επαφή εντός φακέλου, σε καθορισμένο σημείο πάγκου ή τραπεζιού το οποίο θα απολυμαίνετε κάθε φορά. Συστήνεται η ηλεκτρονική ανταλλαγή εγγράφων, όπου είναι εφικτό και επιτρέπεται από την κείμενη νομοθεσία.

– Υπογράψτε με δικό σας, αποκλειστικής χρήσης, στυλό.



### **Εργαζόμενοι στον καθαρισμό εξοπλισμού ή στο πλύσιμο σκευών:**

- Χρησιμοποιείτε κατάλληλα απορρυπαντικά / απολυμαντικά για το πλύσιμο σκευών στο χέρι.
- Διαχειριστείτε με καθαρά γάντια μιας χρήσης τα καθαρά σκεύη- εργαλεία μετά την πλύση.
- Αποθηκεύστε και προστατεύστε τα καθαρά εργαλεία - σκεύη σε κλειστά ερμάρια.

### **Εργαζόμενοι στην καθαριότητα κοινόχρηστων χώρων - διαχείριση απορριμμάτων δυνητικά μολυσματικού υλικού:**

- Χρησιμοποιείτε υποχρεωτικά ΜΑΠ μιας χρήσεως για τη διαχείριση απορριμμάτων όπως γάντια, μάσκες, ειδικός ρουχισμός (π.χ. πλαστική ποδιά μιας χρήσης).
- Συλλέξτε τα γάντια, τις μάσκες, τα μαντηλάκια μιας χρήσης και άλλα δυνητικώς μολυσμένα υλικά, σε σακούλες απορριμμάτων, τις οποίες θα πρέπει να κλείσετε όσο το δυνατόν καλύτερα.
- Πετάξτε αυτές τις σακούλες στους ειδικούς κάδους (ΠΡΑΣΙΝΟΣ ή ΓΚΡΙ) και μετά κλείστε καλά το καπάκι του κάδου.
- Μην αφήνετε τις σακούλες έξω από τους κάδους.



## ΓΙΑ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟ-ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ

Επειδή οι επιφάνειες μπορεί να αποτελέσουν εμμέσως πηγές μετάδοσης του ιού, τα προγράμματα καθαρισμού των σταθμών εργασίας πρέπει να ενισχυθούν. Κυρίως πρέπει να διασφαλίζεται ότι όλες οι επιφάνειες και οι κοινόχρηστοι χώροι καθαρίζονται συχνά, ιδανικά ανά 2 ώρες όπου αυτό είναι εφικτό.

### Σημεία καθαρισμού - απολύμανσης:

⇒ Σημεία συχνής χρήσης/επαφής (διακόπτες, χειρολαβές θυρών, πληκτρολόγια, κουπαστές σε σκάλες και διαδρόμους, ντουλάπια, κλπ.) και διασφάλιση ότι καθαρίζονται και απολυμαίνονται. Συνιστάται η χρήση πανιών μιας χρήσης και στην περίπτωση σκληρών επιφανειών εργασίας να προηγείται ο καθαρισμός τους

με ζεστό σαπουνόνερο και στη συνέχεια η απολύμανσή τους.

- ⇒ Στις τουαλέτες επισκεπτών και προσωπικού έμφαση σε: χειρολαβές, διακόπτες, λεκάνες, νιπτήρες, βρύσες, στεγνωτήρες και πόμολα στις πόρτες. Συχνή απολύμανση των χώρων της τουαλέτας με εκνέφωση.
- ⇒ Σε σχέση με επιφάνειες που έρχονται σε επαφή με τρόφιμα καθώς και με εξοπλισμό επεξεργασίας τροφίμων, η πιστή και σχολαστική εφαρμογή των υφιστάμενων πρωτοκόλλων καθαρισμού και απολύμανσης αναμένεται να είναι επαρκής. Παρόλα αυτά, όταν και όπου αυτό κρίνεται απαραίτητο (περιοχές/επιφάνειες όπου λαμβάνει χώρα πιο συχνή ανθρώπινη επαφή), η ανάγκη επιπλέον μέτρων απολύμανσης (με μεθοδολογίες/μέσα αποδεδειγμένης αποτελεσματικότητας έναντι ιών) θα πρέπει να ληφθούν υπόψη.



### **Κατάλληλα απολυμαντικά-καθαριστικά:**

- ⇒ Προϊόντα με βάση τεταρτοταγείς ενώσεις αμμωνίου (quaternary ammonium compounds), τα οποία χρησιμοποιούνται ευρέως στη βιομηχανία τροφίμων. Προβαίνετε σε πιστή εφαρμογή των οδηγιών του παρασκευαστή σχετικά με την αραιώση, εφαρμογή και διάρκεια επαφής (βλέπε Χρήσιμοι σύνδεσμοι/αρχεία α/α 13).
- ⇒ Οικιακή χλωρίνη και άλλα ισχυρά οξειδωτικά μέσα είναι επίσης γνωστά για την αποτελεσματικότητά τους (έως 24 ώρες) έναντι παρόμοιων ιών. Η ισχύουσα σύσταση και οδηγία για τη χρήση χλωρίνης (είτε σε συνδυασμό καθαριστικού-απολυμαντικού ή μεμονωμένα ως απολυμαντικού η εφαρμογή του οποίου έπεται του καθαρισμού) είναι σε τελική αραιώση 1000 ppm διαθέσιμου χλωρίου (το οποίο ισοδυναμεί με 1:50 αραιώση προϊόντων οικιακής χλωρίνης με συνήθη συγκέντρωση 5% σε υποχλωριώδες νάτριο ή 4 κ.γ χλωρίνης σε 1 λίτρο νερό).
- ⇒ Στις περιπτώσεις αντικειμένων όπου τα ανωτέρω απολυμαντικά ενδέχεται να είναι επιβλαβή και συνεπώς ακατάλληλα (π.χ. τηλέφωνα, ηλεκτρολόγια και ηλεκτρονικές συσκευές) ενδείκνυται η χρήση αντισηπτικών μαντηλιών ή απολυμαντικών με βάση την αλκοόλη.
- ⇒ Γενικά, αλκοολούχα απολυμαντικά (περιέχοντα αιθανόλη, προπαν-2-όλη, προπαν-1-όλη) έχει αποδειχθεί ότι μειώνουν σημαντικά τη μολυσματικότητα ιών με περίβλημα (όπως ο SARS-CoV-2) σε συγκεντρώσεις 70-80% και μπορούν να εφαρμοστούν σε μικρές επιφάνειες.
- ⇒ Για περισσότερες πληροφορίες συμβουλευτείτε τον ΕΟΔΥ (βλέπε Χρήσιμοι σύνδεσμοι/αρχεία α/α 14) ή και τον εξειδικευμένο συνεργάτη σας.



**Προβαίνετε σε πιστή εφαρμογή των οδηγιών του παρασκευαστή σχετικά με την αραιώση, εφαρμογή και διάρκεια επαφής για τα χρησιμοποιούμενα καθαριστικά και απολυμαντικά προϊόντα**

**Μην ξεχνάτε να ενημερώνεστε και να συμμορφώνεστε με τις αλλαγές στη νομοθεσία και να προσαρμόζεστε στις οδηγίες των αρμόδιων φορέων**

**Τηλέφωνα ΕΟΔΥ 1135 και 210 5212000**

**Ο παρών οδηγός βασίστηκε στα στοιχεία που ίσχυαν μέχρι την ημερομηνία έκδοσής του. Ο ΕΦΕΤ θα επικαιροποιεί τον οδηγό όποτε κρίνεται αναγκαίο με βάση τα νεώτερα δεδομένα**

## **Χρήσιμοι σύνδεσμοι/αρχεία:**

1. Νέος κορωνοϊός Covid-19 – Οδηγίες: <https://eody.gov.gr/neos-koronaios-covid-19/>
2. Μέτρα δημόσιας υγείας: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/METPA-ΔΗΜΟΣΙΑΣ-ΥΓΕΙΑΣ.pdf>
3. Μέτρα για την προστασία της υγείας και ασφάλειας των εργαζομένων στους χώρους εργασίας και την πρόληψη της διάδοσης του κορωνοϊού SARS-COV-2 κατά την άρση των περιοριστικών μέτρων: <https://www.ypakp.gr/uploads/docs/12358.pdf>
4. Λοίμωξη από το νέο κορωνοϊό SARS-CoV-2 | Οδηγίες προφύλαξης για το κοινό: <https://eody.gov.gr/loimoxi-apo-to-neo-koronoio-covid-19-odigies-profylaxis-gia-to-koino/>
5. Τι πρέπει να γνωρίζουμε για τη σωστή εφαρμογή υγιεινής των χεριών: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/03/ΥΓΙΕΙΝΗ-ΤΩΝ-ΧΕΡΙΩΝ-ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ-ΓΙΑ-ΤΟ-ΚΟΙΝΟ.pdf>
6. Τα 5 βήματα για την υγιεινή των χεριών: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2018/12/5steps.pdf>
7. Οδηγίες για τη χρήση μάσκας από το κοινό: <https://eody.gov.gr/covid-19-odigies-gia-ti-chrisi-maskas-apo-to-koino/>
8. Οδηγίες για τη σωστή χρήση μάσκας: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/METPA-ΔΗΜΟΣΙΑΣ-ΥΓΕΙΑΣ-ΧΡΗΣΗ-ΜΑΣΚΑΣ.pdf>
9. Διαχείριση των επαφών ασθενών με λοίμωξη COVID-19: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/03/covid-19-diaxeirisi-epafon.pdf>
10. Οδηγίες για φροντίδα ύποπτου κρούσματος στο σπίτι: <https://eody.gov.gr/neos-koronoios-covid-19-odigies-gia-frontida-ypoptoy-kroysmatos-sto-spiti/>
11. Οδηγός διαχείρισης απορριμμάτων: [https://www.efsyn.gr/sites/default/files/2020-03/PDF\\_Οδηγίες%20για%20απόβλητα%20%285%29.pdf](https://www.efsyn.gr/sites/default/files/2020-03/PDF_Οδηγίες%20για%20απόβλητα%20%285%29.pdf)
12. Λήψη μέτρων διασφάλισης της Δημόσιας Υγείας από ιογενείς και άλλες λοιμώξεις κατά τη χρήση κλιματιστικών μονάδων: <https://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-dhmosias-ygieinhs/metra-prolhphshs-enanti-koronoioy-sars-cov-2/7108-lhpsh-metwn-diasfalishs-ths-dhmosias-ygeias-apo-iogeneis-kai-alles-loimwksei-s-kata-th-xrhsh-klimatistikwnn-monadwn>
13. Λίστα απολυμαντικών για χρήση έναντι του ιού SARS-CoV-2: <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>
14. Οδηγίες για τον καθαρισμό και την απολύμανση του περιβάλλοντος Χώρων Παροχής Υπηρεσιών Υγείας που έχουν εκτεθεί στον ιό SARS-CoV-2: <https://eody.gov.gr/odigies-gia-ton-katharismo-perivallontos-choron-parochis-ypiresion-ygeias-poy-echoyn-ektethei-ston-io-sars-cov-2/>
15. Έγγραφο της Ευρωπαϊκής Επιτροπής σχετικά με τον Covid-19 και την ασφάλεια τροφίμων: <https://eody.gov.gr/anartisi-keimenoy-tis-eyropaikis-epitropis-schetika-me-ton-covid-19-kai-tin-asfaleia-trofimon/>
16. Σχέδιο σταδιακής αποκλιμάκωσης περιοριστικών μέτρων: <http://www.mindev.gov.gr/wp-content/uploads/2020/04/Covid-19-%CE%A5%CE%A0%CE%91%CE%9D-FINAL-1.pdf>

## **Χρήσιμα βίντεο για εκπαίδευση:**

1. Οδηγίες διαχείρισης απορριμμάτων ενόψει της μείωσης εξάπλωσης του κορωνοϊού: <https://youtu.be/q5doiFHizDg>
2. Τι πρέπει να γνωρίζουμε για το πλύσιμο των χεριών (CDC): <https://www.youtube.com/watch?v=d914EnpU4Fo>
3. Απλές και χρήσιμες οδηγίες για την προστασία μας από τον κοροναϊό: <https://www.youtube.com/watch?v=f9PCvz4fLRU>
4. Παρακολουθούμε την υγεία μας, παραμένουμε ενημερωμένοι: <https://www.youtube.com/watch?v=Il6sP5MicTo>
5. Η σωστή χρήση της μάσκας: <https://www.youtube.com/watch?v=uwDdun26878>
6. Σωστό Πλύσιμο Χεριών: <https://www.youtube.com/watch?v=AEyNFMajgVI>
7. Οδηγίες για τις ευπαθείς ομάδες: <https://www.youtube.com/watch?v=dOdWRVJEJqE>
8. Πως αλλάζεις γάντια: <https://www.youtube.com/watch?v=IIAqV0rltXc>












# ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΕ ΤΟΝ ΚΙΝΔΥΝΟ\* - ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΕ ΤΑ ΜΕΤΡΑ ΣΤΗΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΣΟΥ



\* συμβουλευτείτε το Προφίλ Επικινδυνότητας του SARS-CoV-2

Με σκοπό τη διευκόλυνση εφαρμογής και την επιτήρηση των παραπάνω μέτρων οι επιχειρήσεις μπορούν να αξιολογήσουν τους εξειδικευμένου κινδύνους στις εγκαταστάσεις τους χρησιμοποιώντας τα σημεία που περιγράφονται στην συνημμένη λεπτομερή λίστα και να τα επιτηρούν με λεπτομερή λίστα ελέγχου (Check List)







## 🔑 Προμήθεια και παραλαβή Α' υλών και υλικών συσκευασίας

-  Είσοδος οχήματος
-  Προσέγγιση οδηγού
-  Έλεγχος φορτίου
-  Εκφόρτωση
-  Ανταλλαγή συνοδευτικών εγγράφων
-  Σύνδεση για μεταφορά σε Tank/ Silo
-  Μεταφορά στην αποθήκη
-  Τοποθέτηση σε θέση αποθήκευσης
-  Καταχώρηση συνοδευτικών εγγράφων σε αρχεία (PC/classer)







## 🔑 Αποθήκευση και μεταφορά στο χώρο επεξεργασίας

-  Μετακίνηση υλικών /μεταφορικών μέσων (clark)
-  Χρήση ανελκυστήρα (πιθανή)



## 👉 **Επεξεργασία (με την ευρύτερη έννοια)**

-  Αποσυσκευασία & τροφοδοσία υλικών
-  Χειρισμός εξοπλισμού από έναν χειριστή ανά βάρδια (controlpanel)
-  Χειρισμός εξοπλισμού από περισσότερους χειριστές ανά βάρδια
-  Χειρονακτικές επεξεργασίες (π.χ. διαλογή ταξινόμηση τεμαχίων) από μεμονωμένο εργαζόμενο
-  Χειρονακτικές επεξεργασίες (π.χ. διαλογή ταξινόμηση τεμαχίων προϊόντων) από ομάδα εργαζομένων
-  Διαχείριση απορριμμάτων








## 👉 **Συσκευασία**

-  Μεταφορά υλικών /προϊόντων
-  Μεταφορά μέσω κλειστού κυκλώματος
-  Χειρισμός εξοπλισμού από έναν χειριστή ανά βάρδια (controlpanel)
-  Χειρισμός εξοπλισμού από περισσότερους χειριστές ανά βάρδια (controlpanel)
-  Γραμμή διαλογής/εγκιβωτίωσης από ομάδα εργαζομένων
-  Παλετοποίηση





## 👉 **Αποθήκευση**

-  Μεταφορά παλέτας στην αποθήκη
-  Τοποθέτηση σε θέση αποθήκευσης





## Αποστολή προς διανομή

-  Προετοιμασία φορτίου/μεταφορά με ανθρώπους ή οχήματα (clark)
-  Προετοιμασία συνοδευτικών εγγράφων
-  Προσέγγιση οχήματος
-  Προσέγγιση οδηγού
-  Έλεγχος οχήματος
-  Φόρτωση
-  Ανταλλαγή συνοδευτικών εγγράφων

## Πωλήσεις (βλ. γραφεία +)



-  Μετακίνηση σε σημείο πελάτη με ΙΧΕ
-  Μετακίνηση σε σημείο πελάτη με ΜΜΜ
-  Ταξίδι εκτός έδρας
-  Επικοινωνία με πελάτη

## Προσέλευση και αποχώρηση προσωπικού





-  Συνωστισμός κατά την προσέλευση
-  Διερεύνηση κατάστασης υγείας
-  Χρήση αποδυτηρίων
-  Σήμανση Κάρτα παρουσίας







## 👉 **Θετικό κρούσμα στο προσωπικό**

-  Προληπτικά μέτρα περιορισμού διάδοσης
-  Διορθωτικά μέτρα μετά τον εντοπισμό



## 👉 **Επίσκεψη και παραμονή εξωτερικών συνεργείων/επισκεπτών**

-  Μη κρίσιμοι για τη λειτουργία
-  Κρίσιμοι για τη λειτουργία
-  Σε γραφεία
-  Σε εγκαταστάσεις παραγωγής/αποθήκευσης





## 👉 **Γραφεία**

-  Ατομικά
-  Με περισσότερους εργαζόμενους
-  Με συναλλαγές με εξωτερικούς
-  Μόνον εσωτερικών υπηρεσιών

## 👉 **Τουαλέτες**

-  Χρήση τουαλέτας
-  Χρήση σημείου για πλύσιμο χεριών σε χώρους εργασίας

## **Κυλικείο/Χώροι διαλείμματος**

-  Χρήση από ομάδα κατά το καθορισμένο διάλειμμα
-  Χρήση για ατομική διακοπή μεμονωμένο εργαζόμενο
-  Με σερβίρισμα φαγητού
-  Χρήση χώρου για φαγητό



**ΜΕΝΟΥΜΕ  
ΑΣΦΑΛΕΙΣ**