

# En trygg arbeids- plass

**Dette er en veiledning som på en enkel måte forklarer hvordan økt fokus på hygiene, fysisk avstand og avskjerming på arbeidsplassen kan bidra til et trygt arbeidsmiljø og redusert spredning av covid-19.**

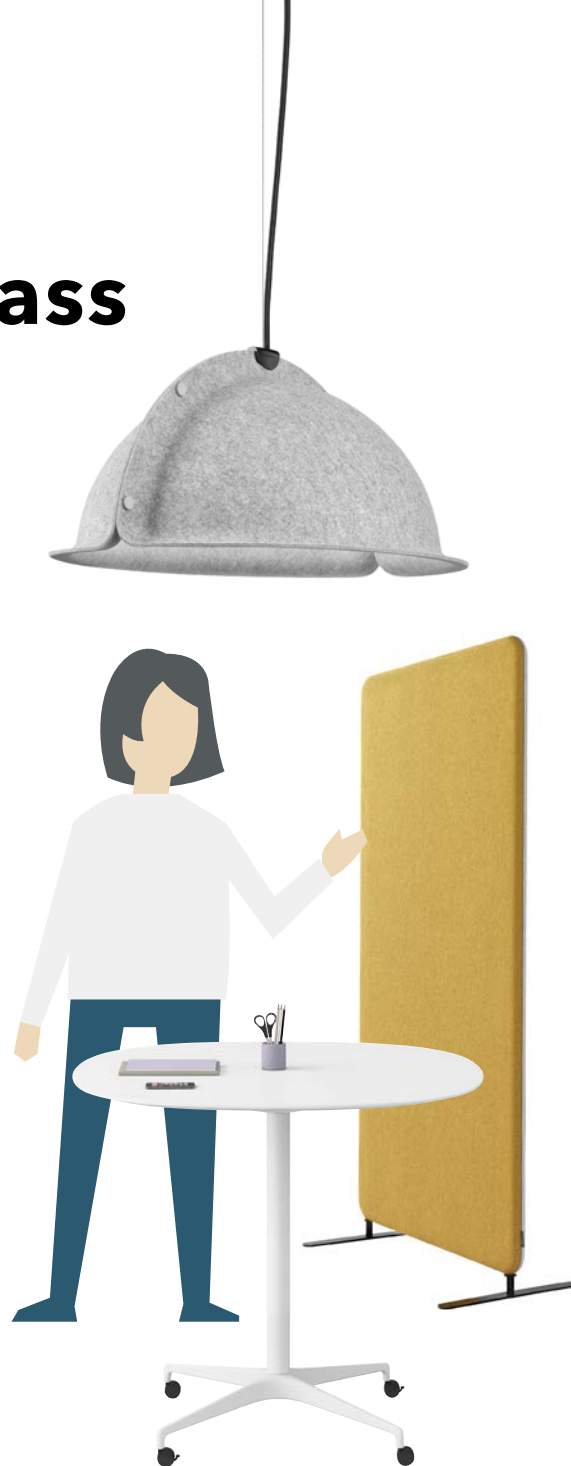


# Slik får vi en trygg arbeidsplass i usikre tider

**De siste månedene** har vært spesielle. Covid-19 er først og fremst en menneskelig tragedie som har utviklet seg til en økonomisk krise. Situasjonen har påvirket oss alle, og hverdagslige ting vi har tatt for gitt, f.eks. sosial kontakt og bevegelsesfrihet, har blitt begrenset.

For mange har myndighetenes retningslinjer om fysisk avstand ført til mer fjernarbeid. Andre har jobbet under nye forhold og retningslinjer på arbeidsplassen sin.

Uansett om dere allerede har vendt tilbake til arbeidsplassen, eller planlegger å gjøre det, er det viktig å føle både fysisk og psykisk trygghet i den nye arbeidshverdagen. Derfor vil Input interior gi dere noen tips om hvordan dere med enkle midler kan skape et trygt miljø på arbeidsplassen.



Arbeidsgiveren har ansvaret for **arbeidsmiljøet**. For å unngå sykdom og smitte på arbeidsplassen må vi:

- risikovurdere faren for smitte.
- vurdere hvor stor fare den utgjør for arbeidstakerne.
- motvirke risiko / iverksette beskyttelsestiltak.
- informere medarbeiderne og gi dem verneutstyr ved behov.

**Les mer** om risiko-  
vurdering på  
[www.arbeidstilsynet.no](http://www.arbeidstilsynet.no)

# Fjernarbeid

- trygg på jobben og hjemme

**De første månedene** av krisen er det mange som har jobbet hjemmefra. Noen på fulltid, andre på bestemte dager. Mer fjernarbeid har redusert risikoen for smittespredning. Både blant dem som har sittet hjemme, og blant dem som har jobbet på arbeidsplassen. Ingen vet sikkert hvor lenge viruset kommer til å legge slike begrensninger på samfunnet – kanskje kan arbeidsplassen din fortsette å ha en fleksibel tilnærming til fjernarbeid?

For de som jobber hjemmefra i lengre perioder, er det viktig med en fungerende hverdag. Arbeidsgiveren har det overordnede ansvaret for de ansattes arbeidsmiljø – også ved fjernarbeid. Men i den nåværende situasjonen, som ingen hadde kunnet forutse, er det viktig at alle tar ansvar for å ta opp problemer, risiko og forbedringspotensial.

Har ikke medarbeiderne deres gode nok forutsetninger for velfungerende fjernarbeid? Ikke nøl med å kontakte Input interior for å få veiledning og informasjon om temaet. Gå heller ikke glipp av våre kampanjetilbud til hjemmekontoret.

**Til kampanje** Hjemmekontoret



Hvis det skal **fungere** å jobbe hjemmefra, er det viktig at arbeidstakerne:

- planlegger arbeidsdagen og begynner og slutter til faste tider.
- får tydelige retningslinjer om hvordan samtaler og møter håndteres.
- har tilgang til en god arbeidsstol som gir den støtten som kreves for å unngå uheldige arbeidsstillinger.
- har tilgang til et bord som kan justeres i høyden. Dårlig ergonomi medfører spenninger i nakke og skuldre.
- har tilgang til skjerm, tastatur og mus. En bærbar datamaskin har ofte for liten skjerm til at arbeidet kan utføres ergonomisk.
- går gjennom belysningen. Unngå direkte lys ovenfra, og sitt ikke med ryggen til et vindu, siden lyset da vil reflekteres i skjermen.
- har et behagelig lydnivå i omgivelsene.
- beveger seg i løpet av dagen og tar pauser. Hvorfor ikke arrangere en virtuell kaffepause?

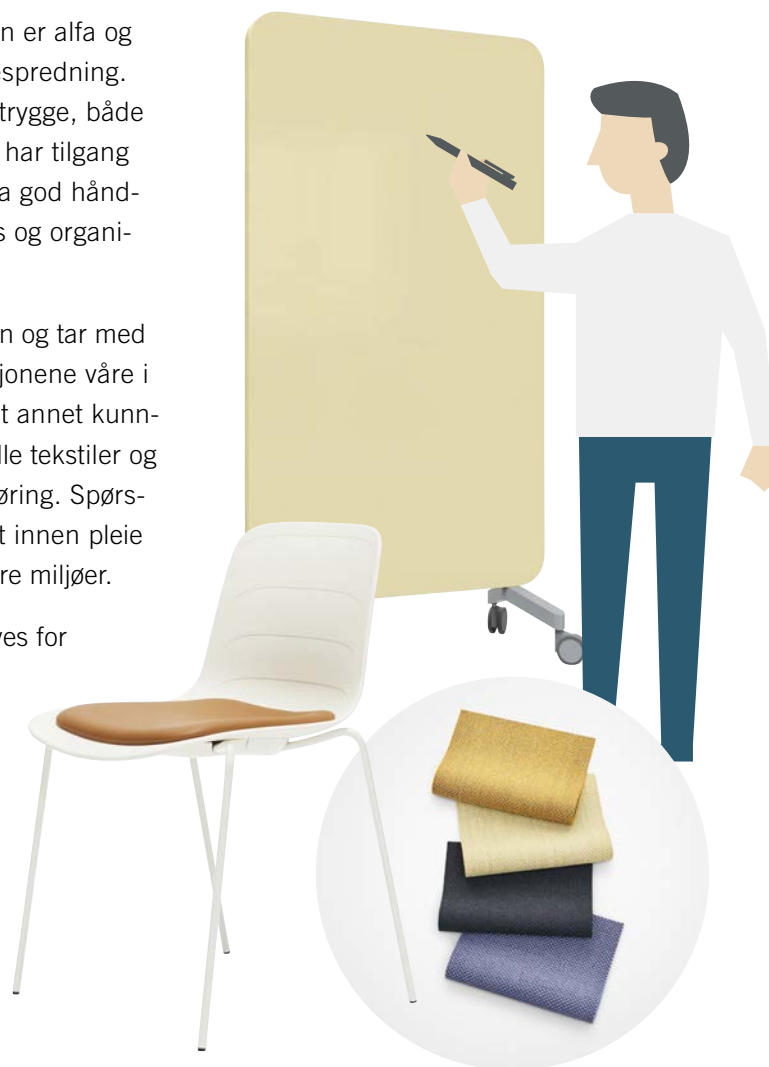
# Rent og trygt

## - rutiner for en renere arbeidsplass

**Å ha god hygiene** på arbeidsplassen er alfa og omega for å redusere risikoen for smittespredning. Alle medarbeidere har rett til å føle seg trygge, både fysisk og følelsesmessig. Sørg for at alle har tilgang til de ressursene som trengs for å ivareta god håndhygiene, og informer om myndighetenes og organisasjonens egne retningslinjer for krisen.

Vi lærer hele tiden av den nye situasjonen og tar med oss erfaringer som kan styrke organisasjonene våre i fremtiden. Hos Input interior har vi blant annet kunnskap om robuste materialer, antibakterielle tekstiler og overflater som egner seg til daglig rengjøring. Spørsmål som tidligere har vært høyt prioritert innen pleie og omsorg, har nå blitt viktige også i andre miljøer.

Input interior har kompetansen som kreves for å veilede dere i hygienekrav og trygghet på arbeidsplassen.



## For å skape en ren og trygg arbeidsplass er det viktig at:

- alle medarbeidere har mulighet til å vaske hendene med varmt vann og såpe.
- de som ikke har vaskemuligheter i løpet av dagen, har tilgang til hånddesinfeksjon.
- hånddesinfeksjon gjøres tilgjengelig på strategiske steder og fylles på regelmessig.
- alle medarbeidere følger myndighetenes retningslinjer ved sykdom og symptomer. Informer om gjeldende retningslinjer ved flere anledninger.
- arbeidsstasjoner og redskaper som brukes av flere personer i primært aktivitetsbaserte miljøer, rengjøres umiddelbart etter bruk.
- fellesarealer som lunsjrom, kjøkken og toaletter samt overflater som dørhåndtak, heisknapper og lysbrytere rengjøres regelmessig i løpet av arbeidsdagen.
- vinduer og dører, om mulig, står åpne under møter for å øke ventilasjonen hvis flere personer samles i mindre rom.



# Hold avstand

- og vis omtanke

**For å redusere risikoen** for smittespredning anbefaler myndighetene å holde 1 meters avstand til andre mennesker. Vi har på kort tid måttet venne oss til å holde fysisk avstand til hverandre. Både privat og på arbeidsplassen. For at vi skal klare å holde avstand på arbeidsplassen, kan det være behov for endringer og justeringer.

Input interior har erfaring og kan gi dere råd om og hjelp med ommøblering. Det skal ikke alltid så mye til.



For å holde **avstand** er det viktig at:

- dere er mest mulig fleksible. Kan pauser, lunsjen og arbeidshagens start og slutt legges til ulike / fleksible tidspunkter for å få mindre trengsel på arbeidsplassen?
- dere organiserer og ommøblerer for å øke avstanden og unngå trengsel.
- arbeidsbord ikke står på rekke, men er atskilt. Unngå å plassere arbeidsbord rett overfor hverandre. Plasser dem i stedet diagonalt eller i 90 graders vinkel.
- dere om mulig fjerner noen stoler og bord, også i fellesarealer som lunsjrom, loungen eller møterom.
- sitteplasser i sofaer og på benker markeres og stenges av, slik at færre personer deler på plassene og kan holde avstand.
- det finnes retningslinjer for å unngå trengsel i fellesarealer. Hvor mange personer som kan oppholde seg samtidig på f.eks. et kjøkken, bør reguleres.

# Avskjerming

## - for en trygg arbeidsplass

**At fysisk avstand** til andre mennesker er en nøkkelfaktor for å unngå smittespredning, er helt klart. Fjernarbeid og ommøblering er gode tiltak som hjelper. Men dessverre har ikke alle mulighet til det. Årsakene kan være mange, f.eks. at det er begrenset med plass eller ikke går an å ommøblere.

Input interior har lang erfaring med å skape personlige rom og avskjerming, noe som kan være gunstig for arbeidsmiljøet også etter at krisen er over.

Husk at myndighetenes retningslinjer oppdateres kontinuerlig. Sørg for et trygt arbeidsmiljø – hold dere oppdatert.

Ta gjerne kontakt med Input interior hvis det er noe dere lurer på. Vi kan gå gjennom arbeidsplassen deres og foreslå egnede tiltak for en trygg og sikker hverdag.



For å **unngå** at medarbeidere eksponeres for kollegaer, kunder og besøkende, er det viktig at:

- de arbeidsplassene som er mest utsatt, f.eks. resepsjonsdisker eller tettstående arbeidsplasser, avskjermes med skjermer, lydabsorbenter og romdelere.
- det er tilgang til flyttbare skjermer som kan brukes til å skape private, avskjermede arbeidsplasser i et åpent kontorlandskap.
- det skjermes av i alle retninger rundt en arbeidsplass som kan ha behov for avskjerming.
- man velger avskjerming i materialer som er enkle å rengjøre, og tekstiler som kan tørkes av eller vaskes.



## Ta gjerne kontakt med oss!

Ikke nøl med å kontakt oss om du har spørsmål eller ønsker mer informasjon om våre produkter og tjenester.

### Bergen

Sandviksbodene 1F  
+47 55 54 94 00  
bergen@inputinterior.no

### Haugesund

Kvaløygata 3  
+47 52 70 10 80  
haugesund@inputinterior.no

### Porsgrunn

Tollskogvegen 2  
+47 33 16 38 80  
porsgrunn@inputinterior.no

### Tønsberg

Træleborgveien 11  
+47 33 16 38 80  
tonsberg@inputinterior.no

### Drammen

Torgeir Vraas Plass 4  
+47 32 25 43 43  
drammen@inputinterior.no

### Kristiansand

Barstølveien 50A  
+47 38 12 09 00  
kristiansand@inputinterior.no

### Stavanger

Svanholmen 2  
+47 51 81 90 00  
stavanger@inputinterior.no

### Ålesund

Kjøpmannsgata 3  
+47 70 16 18 50  
alesund@inputinterior.no

### Hamar

Vangsveien 121  
+47 62 52 70 62  
hamar@inputinterior.no

### Oslo

Gjerdrums vei 8  
+47 21 02 35 00  
oslo@inputinterior.no

### Trondheim

Ingvald Ystgaards veg 1  
+47 73 98 41 00  
trondheim@inputinterior.no

**Om oss** Input interior er Nordens ledende uavhengige innredningskonsern. Vi tar alltid utgangspunkt i kundenes forutsetninger og behov og lar oss ikke styre av et begrenset produksjonsanlegg. Siden vi ikke har egen produksjon å ta hensyn til, kan vi i stedet hjelpe kundene med å finne fram til riktig produkt, i riktig form, fra riktig leverandør, med riktig pris og med riktig leveringsdato.

Med markedets bredeste utvalg gir vi kundene våre handlingsrom og valgfrihet. Oppdag varemerkene våre eller søk i deler av Input interiors sortiment på **inputinterior.no**

