

De 10 geboden van hygiëne

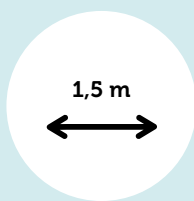
Het coronavirus verspreidt zich van mens op mens, daarnaast kan de overdracht plaatsvinden via contactoppervlakken en aanraakpunten. Het kan daarom niet goed genoeg benadrukt worden: een goede schoonmaak is de basis van het totale hygiëneplaatje. Waar dient u rekening mee te houden tijdens de 1,5 meter samenleving? Hoe kunnen we de hygiëne borgen? ICS Groep heeft de tien geboden voor u op een rij gezet.



1.

Hygiëneregels bekend en zichtbaar?

[Lees meer](#) →



2.

Houd 1,5 meter afstand

[Lees meer](#) →



3.

Vermijd persoonlijk contact

[Lees meer](#) →



4.

Extra aandacht voor contactpunten (desinfecteren)

[Lees meer](#) →



5.

Was regelmatig uw handen

[Lees meer](#) →



6.

Let op uw persoonlijke hygiëne

[Lees meer](#) →



7.

Desinfecteer het sanitair met regelmaat

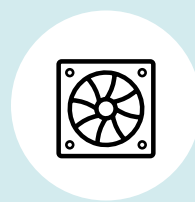
[Lees meer](#) →



8.

Zorg voor voldoende hygiënemiddelen in elke ruimte

[Lees meer](#) →



9.

Ventileer uw gebouw

[Lees meer](#) →



10.

Attendeer elkaar op de 10 geboden!

[Lees meer](#) →

De 10 geboden van hygiëne

1 Hygiëneregels bekend en zichtbaar?

Het is belangrijk dat de hygiëneregels die voor uw organisatie gelden, voor iedereen bekend en zichtbaar zijn. Plaats de hygiëneregels met posters en/of stickers op zichtbare plekken in de algemene ruimtes van uw organisatie als geheugensteun voor iedereen.

2 Houd 1,5 meter afstand

De 1,5 meter samenleving, wordt ook wel 'het nieuwe normaal' genoemd. Maar hoe gaan we dit waarborgen? Hieronder staan de belangrijkste handvaten en tips op een rij:

- Gebruik visuele aanwijzingen als geheugensteun (zoals posters en stickers op deuren en ramen)
- Plaats voetstapstickers voor een veilige looproute (eenrichtingsverkeer)
- Houd zoveel mogelijk rechts op de looproutes (openbare ruimtes, gangen en trappen)
- Gebruik vloertape met 1,5 meter aanduiding
- Gebruik scheidingswanden en/of bureauschermen
- Gebruik de liften met maximaal 1-2 personen / stimuleer het gebruik van de trap
- Houd 4 treden afstand op de trap
- Werkplekken markeren / belijning om bureaustoelen
- Op deuren automatische drangers plaatsen, deuren openzetten of een elleboog klink monteren

3 Vermijd persoonlijk contact

- Faciliteer online vergaderen / markeren van werkplekken
- Geen handen schudden
- Geen fysiek contact bij aangeven van spullen
- Raak zo min mogelijk aan
- Vermijd 'de koffiezetapparaat praatjes'
- Afstand in bedrijfsrestaurant (indeling aanpassen en/of in shiften lunchen)
- Lagere bezettingsgraad / werken in ploegen

4 Extra aandacht voor contactpunten (desinfecteren)

Ten tijden van een epidemie is het belangrijk om extra aandacht te hebben voor contactpunten. Dat zijn de meest kritische aanraakpunten waar overdracht van ziekteverwekkers plaatsvindt. Zorg daarom dat toetsenborden, muizen, telefoon en werkoppervlaktes extra worden schoongemaakt. Lichtknoppen, deurknoppen, kranen en de leuning van de trap dienen minimaal 3x per dag gereinigd te worden. Dit kan verspreiding en/of (verdere) uitbraak voorkomen.

Maak duidelijke afspraken over:

- Gebruik hygiënemiddelen en bijvullen hiervan
- Schoonmaak en desinfectie van contactpunten
- Schoonmaakfrequentie
- Het reinigen van IT middelen

5 Was regelmatig uw handen

Wanneer moet ik mijn handen wassen?

- als uw handen vuil zijn
- voor het (klaarmaken van) eten en na aanraken van rauw vlees
- na een toiletbezoek
- na hoesten, niezen in de handen (Tip: nies of hoest in de arm!)
- na het snuiten van de neus
- na het aaien of knuffelen van (huis-)dieren
- na het schoonmaken. Dus ook na gebruik van een vaatdoekje

6 Let op uw persoonlijke hygiëne

Een effectieve manier om besmetting te voorkomen is een goede persoonlijke hygiëne.

7 Desinfecteer het sanitair met regelmaat

Desinfecteer het sanitair minimaal 3x per dag. Dit kan verspreiding en/of (verdere) uitbraak voorkomen.

8 Zorg voor voldoende hygiënemiddelen in elke ruimte

Zorg dat werknemers en bezoekers zich kunnen beschermen tegen virussen, door in de algemene ruimtes en op alle afdelingen voldoende hygiënemiddelen beschikbaar te stellen. Daarnaast is het belangrijk dat de hygiënemiddelen op de juiste manier gebruikt worden, zorg daarom ook voor een handleiding over het gebruik van de middelen.

9 Ventileer uw gebouw

Laat eens wat vaker een frisse wind waaien door de kantoorruimte, de werkplaats of andere binnenwerkplek. In een slecht geventileerde ruimte blijven de virusdeeltjes in de lucht zweven, die u vervolgens weer inademen. Ventileren zorgt voor een schonere lucht en dat verkleint de kans om besmette vochtdruppeltjes in te ademen. Gebruik dus bij voorkeur geen centrale luchtrecirculatie of zorg dat deze zeer regelmatig en professioneel wordt gereinigd.

10 Attendeer elkaar op de 10 geboden!

Help elkaar en spreek elkaar aan op de regels. Blijf vriendelijk en let goed op elkaar.