

Powrót Do Pracy

Możliwe, iż odczuwasz zdenerwowanie przed powrotem do pracy po dłuższym okresie nieobecności w miejscu pracy, niezależnie od tego czy Chroniłeś się (przed zakażeniem), przebywałeś na Urlopie Terminowym lub Pracowałeś z Domu. Możesz być pewien, że Twoje zdrowie, bezpieczeństwo i dobre samopoczucie mają pierwszorzędne znaczenie dla Tayside Contracts.

Wprowadzone zostały dodatkowe środki bezpieczeństwa, jakie zostaną z Tobą omówione przed lub po Twym powrocie do miejsca pracy w ramach szkoleń stanowiskowych

Od Tayside Contracts można uzyskać wsparcie, jeśli odczuwasz niepokój, przy czym kwestie te należy omówić ze swoim kierownikiem liniowym.

PAMIĘTAJ O:

- **REGULARNYM MYCIU RĄK**
- **UTRZYMYWANIU 2 METROWEGO DYSTANSU OD INNYCH OSÓB**
- **POSTĘPOWANIU ZGODNIE ZE ŚRODKAMI KONTROLI**
- **SAMOIZOLACJI GDY WYSTĄPIĄ U CIEBIE OBJAWY I UMÓWIENIU SIĘ NA TEST**

Oceny Ryzyka

Dokonałiśmy oceny działań w które się angażujemy i oceny ryzyka stworzonego przez COVID-19, zarówno pod względem ogólnego ryzyka jak i szczególnego ryzyka związanego z poszczególnymi usługami i działalnością.

Wszystkie ogólne i szczegółowe oceny ryzyka można uzyskać od swego kierownika liniowego, natomiast wszystkie ogólne oceny ryzyka można uzyskać korzystając z poniższego linku:

<https://www.tayside-contracts.co.uk/covid-19/risk-assessment-covid-19>

Oceny ryzyka będą monitorowane przez kierowników, a wszelkie omawiane zmiany zostaną oówione z Zespołem ds. Bezpieczeństwa i Szkolenia. Zespół ds Bezpieczeństwa i Szkolenia będzie również dokonywał przeglądu ocen ryzyka co 4 tygodnie.

'Jeżeli nie jest możliwe bezpieczne wykonywanie pracy, praca nie powinna być wykonywana'.

Zasoby dotyczące Dobrego Samopoczucia

Ważne jest, aby dbać o swoje samopoczucie psychiczne i fizyczne, zwłaszcza podczas COVID-19. Kluczowe kwestie, na jakich należy się skupić to dobre samopoczucie psychiczne i fizyczne, dobre odżywianie i odpowiednie nawodnienie (organizmu), dobry sen oraz szukanie odpowiedniego wsparcia dla siebie samych i osób, nad którymi sprawujemy opiekę.

Wskazówki dotyczące poprawy i utrzymania dobrego samopoczucia, zarówno w domu jak i w pracy, są dostępne pod następującym linkiem:

<https://www.tayside-contracts.co.uk/covid-19/wellbeing>

Dodatkowe zasoby dotyczące zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia są dostępne za pośrednictwem naszej Listy Kontaktów w zakresie Zdrowia Psychicznego i Dobrego Samopoczucia, jaką można znaleźć za pomocą powyższego linku.

Jeśli masz jakiegokolwiek obawy związane z COVID-19 możesz zadzwonić do PAM pod numer 07957666296 aby je omówić (przy czym nie jest to zastąpienie normalnego wsparcia kierownictwa).

Wsparcie Kierownictwa

W razie jakichkolwiek obaw dotyczących powrotu do pracy lub pobytu w pracy należy się skontaktować ze swoim kierownikiem liniowym. Twój kierownik liniowy omówi z Tobą te obawy i w stosownych przypadkach zasięgnie porady u Doradcy z Działu Kard i Ośrodka Medycyny Pracy.