

Mencegah Penularan Virus di Tempat Kerja

Empat Point

Sebelum dan
Sesudah
Bekerja



Point 1

Di Tempat
Kerja



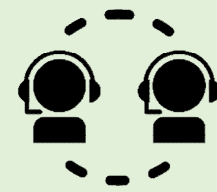
Point 2

Selama Jam
Istirahat



Point 3

Penerapan
Cara Kerja Baru



Point 4

Point 1

Sebelum dan Sesudah Bekerja

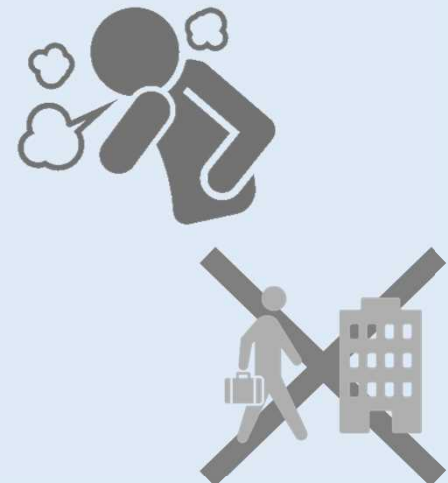
Beberapa contoh kasus penyebaran virus:

- Penyebaran virus terjadi karena ada orang yang pergi bekerja walaupun merasakan gangguan fisik seperti demam dan rasa lelah
- Penyebaran virus juga terjadi ketika makan dan minum bersama dengan orang-orang yang biasanya tidak berinteraksi



Cara Pencegahan

- ✓ Jika Anda merasa tidak enak badan, **jangan memaksakan diri untuk pergi bekerja**
- ✓ Hanya makan bersama dengan **keluarga atau orang-orang terdekat saja** dengan tetap menjaga protokol kesehatan.



Point 2

Di Tempat Kerja

Beberapa contoh kasus penyebaran virus:

- Penyebaran virus terjadi ketika Anda memaksakan diri tetap bekerja padahal merasa kurang sehat pada saat bekerja
- Ruangan kantor yang tidak melakukan pergantian udara dua kali sejam akan menimbulkan penyebaran virus
- Penyebaran virus karena melakukan percakapan maupun makan dan minum dalam kendaraan tanpa menggunakan masker



Cara Pencegahan

- ✓ **Segera melapor** jika Anda merasa tidak sehat
- ✓ **Cuci tangan, desinfeksi, jaga sirkulasi udara** sebagaimana mestinya di tempat kerja
- ✓ Saat melakukan percakapan tatap muka, **kenakan masker atau pasang partisi**
- ✓ **Memakai masker** dan jaga sirkulasi udara di dalam kendaraan



Point 3

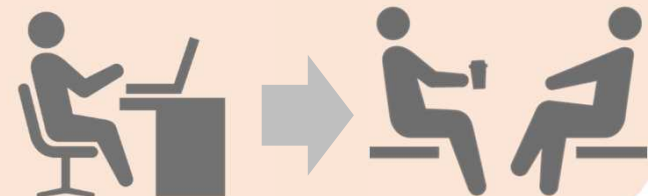
Selama Jam Istirahat

Beberapa contoh kasus penyebaran virus:

- Penyebaran virus karena melakukan percakapan saat makan siang tanpa mengenakan masker atau partisi
- Penyebaran virus karena melakukan percakapan tanpa menggunakan masker di ruang istirahat atau ruang ganti

Cara Pencegahan

- ✓ **Kenakan masker saat berbicara**
- ✓ **Beristirahatlah, ganti pakaian, atau makan secara bergantian**
- ✓ **Berhati-hatilah saat beristirahat atau merokok**



Point 4

Menerapkan Cara Kerja Baru

Beberapa contoh kasus penyebaran virus:

- Penyebaran virus pada saat dalam pelatihan maupun rapat



- ✓ Menerapkan sistem bekerja dari rumah
- ✓ Mengatur rotasi hari kerja
- ✓ Mengatur jam masuk kantor
- ✓ Rapat secara online

