

# GJØR KLART FOR TRYGGE DAGER PÅ KONTORET - 10 TIPS!

Vi er gradvis tilbake på arbeidsplassen igjen, og forbereder oss på en ny hverdag på kontoret – med nødvendig hensyn til smittevern. Skap et trygt og funksjonelt arbeidsmiljø i kontorlokalene.



Mer digital atferd har gjort oss rustet for distansert samarbeid. Men det kan ikke erstatte gode arbeidsdager med kolleger på jobb – ikke i lengden. Økonomien i Norge krever at vi kommer i full drift og får alle bransjer på beina igjen. Vi må regne med mer digital kommunikasjon, og mer effektiv utnyttelse av møtetid, og dermed smarte løsninger på kontoret. Samtidig må vi respektere viktige hensyn til smittevern. Nå er det ekstra viktig å gjøre det mulig å møte kolleger og opprettholde internkulturen.

Arbeidsmiljøer og møblering er preget av mye fellesskap. Forholdene krever at vi tenker annerledes med tanke på inndeling, plassering og arbeidssoner – og ikke minst hygiene. Det aller største behovet for folk i dag, er at vi kan føle oss trygge når vi vender tilbake til kontoret.

# 10 TIPS!

## 1. MØBLER I SONER – OG SIKRE GOD AVSTAND

Mange av dagens kontorer har åpne landskap og sosiale soner som inviterer til nærhet og samarbeid. Vi beveger oss mye rundt og deler plasser og utstyr.

Folkehelseinstituttet anbefaler en minimumsdistanse på én meter mellom mennesker, så lenge vi lever med smitterisikoen. Kontorområdet må være såpass romslig at det er enkelt å overholde regelen.

Hvis rommene på kontoret er store nok, kan du flytte arbeidsstasjonene fra hverandre. Snu arbeidsstasjonene, slik at de ansatte ikke må sitte mot hverandre ansikt til ansikt. Skillevegger og skjermvegger er en god løsning der det ikke er plass nok - du kan sette opp skjermer både foran og på sidene av arbeidsplassen.

Hvis det er mange ansatte i et kontorområde, er det anbefalt å fordele hvilke dager i uken de ansatte skal møtes på kontoret.

## 2. DEL OPP DET ÅPNE LANDSKAPET

Unngå at arbeidsstasjoner og fagavdelinger flyter over i hverandre, men tilpass heller i grupper og mindre soner. Aktivitetsbaserte kontorløsninger vil fortsatt være en ønsket arbeidsform, der vi sitter sammen med de vi jobber på felles prosjekter med. Nå anbefales å opprettholde faste plasser, og heller mindre soner der tre til fem kan sitte sammen med god avstand.

## 3. SKAP ROMSLIGE OG EFFEKTIVE MØTESONER

Unngå bruk av møterom med flere enn fem til stede, og velg gjerne møblering av møtesoner med høye bord og ståplasser for mer effektive møter. Alle bordplater og felles utstyr i møterom må vaskes etter bruk, så sørg for at nødvendig utstyr enkelt kan ryddes unna.

## 4. GÅ TILBAKE TIL FASTE PlassER OG EGET UTSTYR

Det mobile kontoret, der vi deler på plassene, er ikke forenlig med smittevern. Faste plasser skaper trygghet, gjerne med skillevegger. Et sted hvor de ansatte har sin personlige sone og kan jobbe uten å føle noen risiko for smitte. Det er også lurt å innføre clean in-clean out rutiner - altså at plassen ryddes og lett kan vaskes hver dag. En individuelt tilpasset arbeidsstasjon består ofte av en permanent installert skjerm og egne, tildelte tastaturer, mus og hodetelefoner.

Det trygge og faste gir god arbeidsflyt for mange.

## 5. BYGG TRYGGE MINGLE- OG MØTEPLASSER

Lounge-miljøer, møterom og soner rundt kaffemaskinen må møbleres slik at en-metersregelen overholdes. **Bytt ut sofaer med enkeltstoler, bruk møbler som er lette å flytte på, gjerne med hjul.** Da kan de ansatte selv velge hvilken avstand de vil ha til andre i et møte.

I åpne etasjer og kontorlandskap er det lettere for at bakterier og virus sprer seg. Derfor er det viktig å tilpasse og designe kontorlokalene med fleksible løsninger

## 6. BENYTT MATERIALER MOT SMITTE

Velg materialer med harde overflater som er lette å vaske og stoffer som lett kan rengjøres. Det finnes mange nye materialer på markedet i dag som er designet for rengjøring og desinfeksjon, uten at kvaliteten blir dårligere over tid. Materialer som du enkelt kan desinifisere, som kunstlær, laminat og finer.

## 7. GJØR DET ENKELT Å MØTES DIGITALT

Vi skal reise mindre og møtes mer digitalt. Vi samhandler mer på nett enn noeng gang før. Det har gitt oss mindre skepsis og frykt for ny teknologi, og økt digital modenhet i næringslivet. Flere løsninger og forbedring av utstyr har fulgt med for å øke den digitale brukervennligheten. Nå er det viktig å legge forholdene godt til rette for videomøter fra arbeidsplassen. Store skjermer, gode møterom med avstand, gode tekniske løsninger og akustiske lydforhold, som gjør det enkelt å møtes på video.

## 8. GI ANSATTE MULIGHET TIL Å JOBBE HJEMME

Det er fortsatt anbefalt å bruke hjemmekontor der det er mulig, men myndighetene åpner for at bedrifter kan ønske sine folk tilbake på kontoret. I enkelte kommuner er det egne forskrifter som regulerer det. Husk å vise respekt for at vi folk opplever situasjonen forskjellig, og gi anledning til å jobbe hjemmefra. Tilby ansatte å benytte kontorstol eller arbeidsbord hjemme, slik at de gode arbeidsforholdene blir mest mulig lik dagene på kontoret.

Hensikten med myndighetenes tiltak er å redusere smittefare ved å redusere antallet mennesker som møtes og reiser kollektivt samtidig. [Her er Arbeidstilsynets råd om trygg tilbakekomst på jobb](#). Løsningen for mange bedrifter er at de ansatte sitter delvis på hjemmekontor, slik at det blir mer plass for de som er på jobbkontoret.

Flere undersøkelser viser at mange jobber mer effektivt hjemmefra. Vi får mer ro og bedre balanse mellom jobb og privatliv. Med dagens muligheter for videomøter og skyløsninger er det ikke like nødvendig av å være på kontoret hver dag – helt avhengig av jobben vi utfører.

## 9. TENK PÅ TRIVSEL OG MILJØ

De fleste av oss trives best når vi har kolleger rundt oss og kan samarbeide over bordet. Derfor er det viktig at framtidens kontor ikke bare blir rigget for å motvirke smitte, vi må også ta vare på selve grunnen til å gå på kontoret: De gode menneskelige møtene, stemningen i lunsjen, kreativiteten og alle nyanser i kommunikasjonen. Trygghet kommer først akkurat nå, men kulturen og miljøet er helt avgjørende for å skape resultater. Bruk gode kanaler for å sikre samhold og holde på dialogen med lav terskel, som på Workplace eller på andre plattformer der det er enkelt å snakke med kolleger om stort og smått.

## 10. HOLD DET RENT!

Vi er alle med på dugnaden, og den handler mye om å holde både hender og overflater rene. Kanskje kan alle ansatte ha antibac på pulten sin? Og hva om de selv vasker både pulten, telefonen og tastaturet sitt hver dag? På cellekontorer bør det åpnes vinduer og luftes regelmessig.

Skap et felles ansvar for å holde det rent og ryddig, kanskje det aller viktigste tiltaket akkurat nå.