

**INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym  
SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane  
w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW  
Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

## 1. Cel

Celem opracowania jest wskazanie podstawowych zasad bezpieczeństwa funkcjonowania w celu zapobiegania rozprzestrzenianiu się zarażeń wirusem SARS-CoV-2 i innych chorób zakaźnych.

Pracodawca ma obowiązek chronić zdrowie i życie swoich pracowników oraz zapewnić im bezpieczne i higieniczne warunki pracy. Natomiast do obowiązku pracownika należy współdziałanie z pracodawcą w realizacji tych zadań.

## 2. Przedmiot i zakres

Postanowienia niniejszej Procedury dotyczą wszystkich pracowników wykonującą pracę na terenie placówki oświatowej, pracowników zewnętrznych oraz gości.

## 3. Terminologia i skróty

- Pracownik – osoba zatrudniona w placówce oświatowej (*umowa o pracę, umowa zlecenie*) oraz współpracująca na podstawie umowy świadczenia usług;
- Pracownik zewnętrzny – pracownicy firm zewnętrznych wykonujący pracę na rzecz placówki oświatowej;
- Bezpośredni przełożony – Pracodawca lub osoba działająca z ramienia pracodawcy (*Dyrektor, Kierownik, osoba wyznaczona w zastępstwie za te osoby*);
- Gość – osoba odwiedzająca i przebywająca na terenie placówki oświatowej, w tym: rodzice, klienci, przedstawiciele handlowi, kierowcy firm dostawczych, urzędnicy dokonujący czynności kontrolnych;
- SARS-CoV-2 – wirus ściśle spokrewniony z wirusem SARS, wywołujący ostrą zakaźną chorobę układu oddechowego o nazwie COVID-19;
- COVID-19 (*Corona-Virus-Disease-2019*) – ostra zakaźna choroba układu oddechowego wywoływana przez wirusa SARS-CoV-2;
- Epidemia – występowanie w określonym czasie i na określonym terenie przypadków zachorowań lub innych zjawisk związanych ze zdrowiem w liczbie większej niż oczekiwana. Epidemie o niewielkiej liczbie przypadków zachorowań ograniczone do określonego obszaru i czasu określa się terminem ognisko epidemiczne;
- Pandemia – epidemia choroby zakaźnej w różnych środowiskach i na dużym obszarze – różnych kontynentach w tym samym czasie;
- Kwarantanna – przymusowe czasowe odosobnienie ludzi, zwierząt, roślin lub towarów co do których istnieje podejrzenie, że mogą być roznośicielami chorób zakaźnych. Stosuje się w celu zapobieżenia rozprzestrzeniania się epidemii;
- Strefa zero – obszar, na którym wystąpił stan epidemii, znajdujący się bezpośrednio wokół ogniska wirusa, podlegający ograniczeniom, w szczególności zakazom, nakazom oraz środkom kontroli;
- Strefa zagrożenia – obszar, na którym możliwe jest ryzyko wystąpienia stanu epidemii;
- Zagrożony obszar – zagrożony obszar jednej lub kilku jednostek podziału terytorialnego kraju lub obszar w sposób inny niż przez odniesienie do jednostek podziału terytorialnego;
- Miejsce kwarantanny – odrębny obiekt budowlany czasowego pobytu osób chorych lub podejrzanych o zachorowanie, w którym prowadzi się kwarantannę.
- Mierzenie temperatury – temperaturę ciała należy mierzyć termometrem bezdotykowym (*dziecko ma normalną temperaturę ciała, gdy wynosi ona od 36-37°C. Gdy termometr wskazuje ciepłość ciała w przedziale powyżej 37 do 38°C, mówimy tylko o stanie podgorączkowym, umiarkowana gorączka mieści się w granicach*

# **INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

## **Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

*powyżej 38 do 39°C. O wysokiej gorączce możemy mówić tylko wtedy, gdy temperatura ciała sięga powyżej 39 stopni Celsjusza).*

### **4. Informacje o SARS-CoV-2**

Gatunek wirusa określany jako SARS-CoV-2 wywołuje chorobę SARS-CoV-2. Choroba została po raz pierwszy rozpoznana i opisana podczas pandemii wirusa rozpoczętej w 2019 roku w Chinach. Do typowych objawów choroby zalicza się gorączkę, suchy kaszel, zmęczenie oraz płytki oddech. Do mniej częstych objawów należą ból gardła, katar oraz kichanie. Większość przypadków chorobowych ma łagodny przebieg, jednak część może prowadzić do zapalenia płuc lub niewydolności wielonarządowej. SARS-CoV-2 może powodować cięższe objawy u osób z osłabionym układem odpornościowym, osób starszych oraz osób z chorobami przewlekłymi, takimi jak cukrzyca, rak i przewlekła choroba płuc. Wirus zazwyczaj rozprzestrzenia się drogą kropelkową. Istnieją dwie główne drogi rozprzestrzeniania wirusa:

- przez osoby znajdujące się w pobliżu (w promieniu 2 metrów), kiedy występuje możliwość wdychania obecnych w powietrzu kropli do płuc,
- przez dotknięcie powierzchni, przedmiotu lub ręki osoby, które zostały zanieczyszczone wydzieliną oddechową, a następnie dotykane własnych ust, nosa lub oczu.

Obecnie ocenia się, że okres inkubacji SARS-CoV-2 wynosi od 2 do 14 dni. Oznacza to, że jeśli dana osoba pozostanie w dobrym zdrowiu 14 dni po kontakcie z osobą z potwierdzonym koronawirusem, nie jest zainfekowana.

Czas przeżywalności wirusa zależy od wielu czynników, na przykład:

- na jakiej powierzchni znajduje się wirus,
- czy jest wystawiony na działanie promieni słonecznych,
- jakie są różnice w temperaturze i wilgotności,
- czy są używane środki czyszczące.

W większości przypadków ilość wirusa na jakiegokolwiek zanieczyszczonej powierzchni prawdopodobnie znacznie spadnie w ciągu 72 godzin.

Obecnie nie ma szczepionki zapobiegającej SARS-CoV-2. Najlepszym sposobem zapobiegania infekcji jest więc unikanie narażenia na wirusa. Należy zatem podjąć wszelkie możliwe środki zapobiegawcze. Powinny one zostać uwzględnione w ocenie ryzyka w miejscu pracy, która obejmuje wszystkie zagrożenia, w tym te powodowane przez czynniki biologiczne, zgodnie z unijnymi i krajowymi przepisami dotyczącymi bezpieczeństwa i higieny pracy.

### **5. Podstawa prawna**

Ustawa z dnia 2 marca 2020 r. o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem SARS-CoV-2, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych (*Dz. U. z 2020 poz. 374 z późn. zm.*) oraz rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 16 maja 2020 r. w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii (*Dz.U. 2020 poz. 878*) i inne powiązane z ww.

### **6. Zalecenia ogólne dla pracodawców**

- W drodze do i z pracy w środkach masowej komunikacji należy trzymać się poręczy lewą dłonią (praworęczni). Po dotarciu na miejsce pracy, ręce należy prawidłowo umyć, a przed spożywaniem posiłków i napojów każdorazowo je dezynfekować.
- Zaleca się wstrzymanie wyjazdów służbowych, w szczególności do rejonów

# **INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

## **Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

zagrożenia, ale też i podróży krajowych. W celu unikania zamkniętych publicznych przestrzeni można organizować wirtualne spotkania.

- W pomieszczeniach pracy należy zachować optymalną temperaturę (*nie przegrzewać*) oraz, o ile jest to możliwe, często wietrzyć.
- W uzasadnionych przypadkach warto rozważyć pracę zdalną wg ustalonych procedur.

## **7. Zalecenia immunologów**

Nic tak skutecznie nie chroni przed zakażeniem wirusem jak szczepionka. Niestety, na nowego koronawirusa jeszcze taka nie istnieje. Należy więc stosować się do zaleceń immunologów, by wzmocnić organizm, a tym samym dać mu większą szansę na szybkie zwalczenie choroby. Przede wszystkim – **nie osłabiaj układu odpornościowego**. W tym celu **unikaj**:

- nadmiernego i długotrwałego spożywania alkoholu, palenia tytoniu, przyjmowania narkotyków;
  - deficytu snu;
  - nieprawidłowego odżywiania się – niedożywienie, przejadanie się;
- Wzmacniaj swój organizm. W tym celu warto:**
- zwiększyć poziom aktywności fizycznej;
  - przejść na dietę roślinną, a w szczególności unikać konsumpcji surowego mięsa i mleka;
  - wysypiać się;
  - zaszczepić się przeciwko często występującym chorobom zakaźnym, takim jak; grypa czy zapalenie płuc wywołane przez pneumokoki.

## **8. Odpowiedzialność**

W celu zapobiegania rozprzestrzenianiu się SARS-CoV-2 oraz innych chorób zakaźnych pracodawca stosuje odpowiednie środki zapobiegawcze wobec wszystkich pracowników, pracowników firm zewnętrznych, dostawców oraz gości zlecając:

- Jak najczęstsze mycie rąk korzystając z mydła i ciepłej wody lub środków dezynfekcyjnych zawierających alkohol (*stosować zgodnie z kartą charakterystyki, z którą pracownicy winni być zapoznani*).
- Na czas zwiększenia ogólnej zachorowalności i wprowadzaniu w kraju zagrożenia epidemicznego powstrzymać się od powitań poprzez podawanie rąk;
- Podczas kaszlu i kichania będąc między ludźmi zakrywać usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę i umyć ręce;
- Unikać bliskiego kontaktu z osobami, które mają gorączkę i kaszlą. Zachować od 1,5m do 3 m odległości od osób które kaszlą i kichają;
- Unikać nadmiernego dotykania oczu, nosa i ust;
- W przypadku stwierdzenia u siebie gorączki, kaszlu oraz trudności z oddychaniem natychmiast poinformować o tym fakcie bezpośredniego przełożonego (*Dyrektora, Kierownika bądź osobę wyznaczoną w zastępstwie za te osoby*);
- Unikać dużych skupisk ludzi, gdzie ryzyko zakażenia jest największe, w tym powstrzymać się od zbędnego przemieszczania się pomiędzy stanowiskami pracy na terenie placówki oświatowej;
- Regularnie wietrzyć pomieszczenia (*raz na godzinę*), starając się utrzymywać w nich umiarkowaną temperaturę;
- Ubierać się odpowiednio, stosowanie do pogody oraz przewidzianej aktywności fizycznej. Nie przegrzewać się, ani nie doprowadzać do wychłodzenia lub przemarznięcia.
- Pracownicy, którzy mogli przebywać w rejonie gdzie występuje zagrożenie wirusem SARS-CoV-2, lub terenie określonym jako Strefa Zero lub Strefa Zagrożenia, bądź

## **INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

### **Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

mieli kontakt z osobą zakażoną, są zobowiązani do telefonicznego powiadomienia o tym fakcie Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Brzesku: nr tel.: **14 6861270** lub konsultacji telefonicznej bądź zgłoszenia do oddziału obserwacyjno-zakaźnego (*zależnego od miejsca położenia oddziału lub pracownika*). Osoba taka zobowiązana jest do pozostania w domu na okres 72 godzin od kontaktu oraz stosować się do zaleceń stacji sanitarno-epidemiologicznej oraz odpowiednich służb medycznych. Powinna w tym czasie skorzystać ze zwolnienia lekarskiego.

- Stosować się do zaleceń i informacji rozwieszonych w punktach informacyjnych ogólnie dostępnych na terenie placówki oświatowej.

W celu zapobiegania zarażenia się wirusem SARS-CoV-2 oraz innych chorób zakaźnych w placówce oświatowej zostały wprowadzone następujące środki ostrożności:

- Każdy pracownik, który stwierdzi przed wyjściem do pracy, iż ma symptomy grypy, złego samopoczucia lub podwyższoną temperaturę ciała, jest zobowiązany do zgłoszenia tego faktu telefonicznie do bezpośredniego przełożonego oraz niepodejmowania w tym dniu pracy.
- Pracownik, który podczas pracy źle się poczuje, jest osłabiony, bądź ma podwyższoną temperaturę ciała, jest zobowiązany poinformować o tym fakcie przełożonego (*Dyrektora, Kierownika bądź osobę wyznaczoną w zastępstwie za te osoby*) w celu zwolnienia go do domu oraz udania się do lekarza z zachowaniem zasad postępowania określonych przez Ministerstwo Zdrowia.
- Każda osoba, która nie jest zatrudniona w placówce oświatowej, a chcąc wejść na teren placówki oświatowej powinna zdezynfekować ręce dostępnym środkiem dezynfekującym, pod rygorem zakazu wstępu na teren placówki oświatowej. Ponadto taka osoba zobowiązana jest wypełnić ankietę dotyczącą stanu zdrowia odwiedzającego placówkę oświatową, będącą załącznikiem do niniejszej procedury.
- Zakazuje się wejścia na teren placówki oświatowej kurierom dostarczającym towar. Powinni oni zadzwonić do wyznaczonych pracowników, którzy odbiorą towar w miejscu przez nich wyznaczonym – przed wejściem na teren placówki. Informacja dla dostawców z numerem kontaktowym powinna być wywieszona przed wejściem do placówki oświatowej.
  - Pracownicy pracujący w magazynie, kuchni powinni zachować szczególnie środki ostrożności i pamiętać o zachowaniu odpowiedniej higieny.
- Ograniczenie wyjazdów i kontaktów międzyludzkich. W szczególnych wypadkach decyzja o wyjeździe będzie podejmowana przez Dyrektora lub Kierownika bądź osobę wyznaczoną w zastępstwie za te osoby po ówczesnym zawiadomieniu Pracodawcy.
- Zabrania się wynoszenia środka dezynfekującego poza teren placówki oświatowej, za wyjątkiem pracowników wyjeżdżających w konieczne delegacje, którzy wówczas mają obowiązek posiadania go przy sobie.
- Teren placówki oświatowej (*biurka, klamki, itp.*) powinny być codziennie dezynfekowane (*kilkakrotnie w razie konieczności*).

### **8. Ryzyko zawodowe w narażeniu na SARS-CoV-2**

Ryzyko dotyczące pracowników związane z wirusem SARS-CoV-2 wywołującym chorobę SARS-CoV-2, zależy od tego w jakim stopniu wirus rozprzestrzenia się między ludźmi: nasilenie powstałej choroby, wcześniej istniejące schorzenia, które mogą mieć pracownicy. Według CDC (*Centers for Disease Control and Prevention*) niektóre osoby, w tym osoby starsze i osoby z chorobami podstawowymi, takimi jak choroba serca, płuc lub cukrzyca, są bardziej narażone na ryzyko wystąpienia poważniejszych powikłań w wyniku SARS-CoV-2.

Ryzyko narażenia pracowników na SARS-CoV-2 podczas pandemii może częściowo

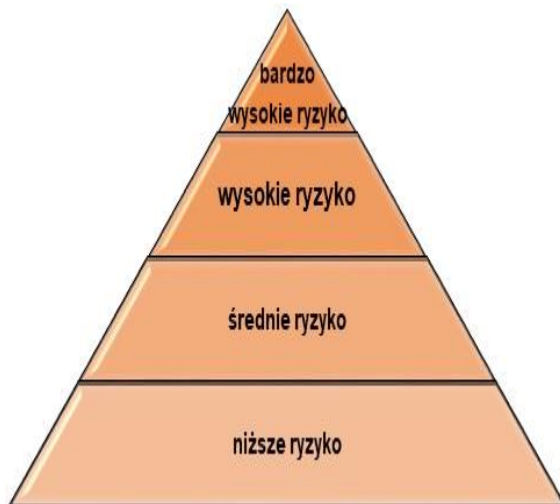


**INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

**Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

zależć od rodzaju branży oraz bezpośredniego kontaktu z osobą potencjalnie zagrożoną o zarażenie wirusem. Inne czynniki, takie jak warunki w społeczności, w których pracownicy mieszkają i pracują, ich działania poza pracą (*w tym podróż do tzw. ognisk COVID-19*) oraz indywidualnie warunki zdrowotne, mogą również wpływać na ryzyko zarażenia SARS-CoV-2 lub rozwijających się powikłań po chorobie.

Ryzyko narażenia na SARS-CoV-2 można podzielić na cztery poziomy: bardzo wysokie, wysokie, średnie i niższe ryzyko, jak to pokazano w piramidzie ryzyka zawodowego poniżej.



Większość pracowników prawdopodobnie spadnie na niższe ryzyko narażenia lub średnie ryzyko narażenia.

Ryzyko zawodowe	Wykonywane prace	Przykładowe stanowiska pracy
<b>Niższe ryzyko ekspozycji</b>	Do niższego ryzyka ekspozycji na wirusa SARS-CoV-2 można zaliczyć prace, które nie wymagają kontaktu z osobami, o których wiadomo lub podejrzewa się, że są zarażone SARS-CoV-2. Pracownicy tej kategorii mają minimalny kontakt zawodowy ze społeczeństwem i innymi współpracownikami.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pracownicy zdalni (<i>tj. osoby pracujące w domu podczas pandemii</i>),</li> <li>• pracownicy biurowi, którzy nie mają częstego, bliskiego kontaktu ze współpracownikami, klientami lub opinią publiczną,</li> <li>• pracownicy zakładów produkcyjnych i przemysłowych, którzy nie mają częstego, bliskiego kontaktu ze współpracownikami, klientami lub opinią publiczną,</li> <li>• pracownicy służby zdrowia świadczący wyłącznie usługi telemedyczne,</li> <li>• kierowcy ciężarówek na duże odległości.</li> </ul>
<b>Średnie ryzyko ekspozycji</b>	Do średniego ryzyka ekspozycji na wirusa SARS-CoV-2 można zaliczyć prace wymagające częstego/bliskiego kontaktu z osobami, o których nie wiadomo, że mają SARS-CoV-2 ale może być to	<ul style="list-style-type: none"> <li>• częsty kontakt z podróżującymi, którzy wracają z międzynarodowych lokalizacji z szeroko rozpowszechnioną transmisją SARS-CoV-2,</li> <li>• kontakt z ogółem społeczeństwa (<i>np. w szkołach, w środowiskach</i></li> </ul>

**INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

**Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

	wysoce prawdopodobne ze względu na rodzaj pracy, którą wykonują.	<i>pracy o dużej gęstości zaludnienia i niektórych dużych sklepach).</i>
<b>Ryzyko wysokiego narażenia</b>	<p>Ryzyko wysokiego narażenia mogą mieć prace o wysokim potencjale narażenia na znane lub prawdopodobne źródła SARS-CoV-2.</p> <p>Kontakt przez 15 minut lub dłużej w odległości poniżej 2 metrów bez zabezpieczenia w maskę chirurgiczną lub FFP2/3.</p> <p>Brak właściwej higieny rąk po kontakcie w przypadku braku rękawiczek.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• personel świadczący opiekę zdrowotną i personel pomocniczy (<i>personel szpitalny, który musi wchodzić do sal pacjentów</i>) zarażonych pacjentów lub pacjentów, u których występują objawy SARS-CoV-2,</li> <li>• pracownicy transportu medycznego (<i>kierowcy pojazdów pogotowia ratunkowego</i>),</li> <li>• pracownicy kostnicy zaangażowani w przygotowywanie ciał do pochówku lub kremacji osób, które w chwili śmierci miały lub podejrzewały, że mają SARS-CoV-2.</li> </ul>
<b>Bardzo wysokie ryzyko ekspozycji</b>	<p>Bardzo wysokie ryzyko ekspozycji mogą mieć prace o bardzo wysokim potencjale narażenia na znane lub prawdopodobne źródła SARS-CoV-2 podczas określonych procedur medycznych, pośmiertnych lub laboratoryjnych.</p> <p>Kontakt przez 15 minut lub dłużej w odległości poniżej 2 metrów bez zabezpieczenia w maskę chirurgiczną lub FFP2/3.</p> <p>Jakiegokolwiek czasu bezpośredniego kontaktu z narażeniem na aerozol wydechowy bez zabezpieczenia w maskę ochronną, sprzęt ochraniający oczy i fartuch barierowy. Dotyczy kontaktu i wykonywania procedur na drogach oddechowych, w tym pobierania wymazu z nosogardła na badanie PCR w kierunku SARS-CoV-2.</p> <p>Brak właściwej higieny rąk po kontakcie w przypadku braku rękawiczek.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pracownicy służby zdrowia (<i>np. lekarze, pielęgniarki, stomatolodzy, ratownicy medyczni</i>) wykonujący zabiegi wytwarzające aerozol (<i>np. intubacja, niektóre zabiegi dentystryczne lub pobieranie próbek inwazyjnych</i>) na pacjentach chorych lub z podejrzeniem zarażenia na SARS-CoV-2,</li> <li>• personel medyczny lub personel laboratoryjny pobierający próbki od pacjentów chorych lub z podejrzeniem zarażenia na SARS-CoV-2,</li> <li>• pracownicy kostnicy wykonujący sekcje zwłok, które generalnie wiążą się z procedurami wytwarzania aerozolu, na ciałach ludzi, o których wiadomo, że mają SARS-CoV-2 w chwili śmierci lub istnieje jakiegokolwiek prawdopodobieństwo, że mogli być zakażeni.</li> </ul>

**INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**  
**Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

**8a. Obowiązki zawodowe wpływają na poziomy ryzyka narażenia pracowników**

Gdy obowiązki pracownicze zmieniają się lub, gdy pracownicy wykonują różne zadania w trakcie wykonywania swoich obowiązków, mogą przechodzić z jednego poziomu ryzyka narażenia na inny. Dodatkowe przykłady branż/stanowisk zawodowych, które mogą mieć zwiększone ryzyko narażenia na SARS-CoV-2 to:

inne rodzaje stanowisk opieki zdrowotnej (*w tym: pracownicy transportu przedszpitalnego i transportu medycznego, pokrewni pracownicy służby zdrowia i personel pomocniczy*), reagowanie w nagłych wypadkach (*np. pracownicy ratownictwa medycznego, strażacy i funkcjonariusze organów ścigania*),

inne stanowiska opieki pośmiertnej (*np. organizatorzy pogrzebów*),

pracownicy laboratorium badawczego lub produkcyjnego,

działalność detaliczna, szczególnie w środowiskach krytycznych i/lub o dużej liczbie klientów,

ochrona granic i bezpieczeństwo transportu,

gospodarka odpadami stałymi i ściekami,

usługi środowiskowe (*tj. sprzątanie*),

usługi naprawy w domu,

pracownicy duszpasterscy, społeczni lub pracownicy służby zdrowia zajmujący stanowiska wymagające kontaktu z członkami społeczności, którzy mogą rozprzestrzeniać wirusa,

kierowcy tranzytu i dostawy, w zależności od stopnia bliskich kontaktów z członkami społeczności.

**8b. Identyfikacja potencjalnych zagrożeń i źródeł narażenia**

Transmisja wirusa SARS-CoV-2 ma miejsce podczas bliskiego (*w odległości  $\leq 2 m$  i przez okres  $> 15 minut$* ) kontaktu z osobą z SARS-CoV-2, głównie poprzez kropelki oddechowe wytwarzane, gdy zarażona osoba kaszle lub kicha. Kropelki te, szczególnie w aerozolu, mogą osadzać się w jamie ustnej, nosie lub oczach osób w pobliżu lub mogą być wdychane do płuc. Uważa się za mało prawdopodobne przenoszenie wirusa SARS-CoV-2 drogą powietrzną między ludźmi na duże odległości (*w tym w wyniku parowania kropel, które pozostawiają cząsteczki zakaźne zwane jądrami kropelek*).

Pracownicy mogą zarazić się SARS-CoV-2 dotykając powierzchni lub przedmiotów skażonych wirusem, a następnie dotykając ust, nosa lub oczu. Obecne dowody sugerują, że nowy koronawirus może pozostać żywotny przez wiele godzin lub dni na różnych powierzchniach. Częste czyszczenie widocznie zabrudzonych i dotykowych powierzchni, a następnie dezynfekcja, może zapobiec rozprzestrzenianiu się SARS-CoV-2 i innych patogenów układu oddechowego w miejscach pracy.

**8c. Obciążenia psychiczne spowodowane SARS-CoV-2**

W nagłych wypadkach pracownicy mogą reagować na stres na różne sposoby. Kryzys spowodowany SARS-CoV-2 powoduje zmiany psychologiczne, które mogą obejmować zwiększony niepokój, pogorszenie nastroju, niską motywację oraz stany lękowe lub depresyjne myśli nie tylko wśród przedsiębiorców, ale wzbudza też duże obawy wśród pracowników. Inne aspekty wzmagające obciążenie psychiczne, które należy uwzględnić, to m.in. możliwe konfliktowe sytuacje z klientami, długotrwałe utrzymująca się intensywność pracy w branżach o znaczeniu systemowym i wymogi utrzymywania dystansu społecznego.

Podczas wybuchu epidemii związanej z SARS-CoV-2 cała populacja jest narażona na zwiększony poziom stresu, co może mieć poważny wpływ na zdrowie psychiczne, szczególnie w przypadkach, gdy narzuca się obowiązkową izolację w domu. Pracownicy

## **INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

### **Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

mogą borykać się z zagrożeniami psychospołecznymi wynikającymi z obecnej i przyszłej niepewności związanej z sytuacją w pracy lub ze zmianami procesów i ustaleń.

Ponadto istnieje wiele czynników, z którymi mierzą się pracownicy podczas pandemii, które mogą wywoływać stres, a są to:

- obawa o dobro własne lub członków rodziny i współpracowników, którzy mogą zarazić się chorobą;
- brak sprzętu bezpieczeństwa do ochrony indywidualnej;
- brak wsparcia społecznego lub sieci społecznościowych;
- napięcie między ustanowionymi protokołami bezpieczeństwa a chęcią opieki lub wspierania osób (*np. zapewnianie bezpiecznych praktyk pogrzebowych, izolacja i wdrażanie polityki bezdotykowej*);
- trudności w utrzymaniu czynności samoopieki, takich jak ćwiczenia, dobre nawyki żywieniowe i wystarczająca ilość odpoczynku.

Pracownicy reagujący na sytuacje kryzysowe mogą borykać się z większym poziomem stresu w wyniku surowych środków i procedur zapobiegających zarażeniu, na przykład z powodu obciążenia fizycznego z uwagi na ciężkie środki ochrony indywidualnej, izolację fizyczną itp..

Ponadto obciążenie pracą wśród pracowników reagujących na sytuacje kryzysowe wzrasta dramatycznie, przy jednoczesnej prawdopodobnej redukcji personelu, ponieważ część z tych pracowników może zachorować lub zostać poddanych kwarantannie. Wielu z tych pracowników wykonuje prace, które już uważa się za obciążone stosunkowo wysokim poziomem stresu. Podczas epidemii często wymaga się od nich dłuższej pracy niż typowy 40-godzinny tydzień pracy. Zwiększone obciążenie pracą i skrócone okresy odpoczynku mogą dotyczyć również innych pracowników, takich jak osoby zaangażowane w produkcję, dostawę i transport podstawowych towarów, lub w zapewnienie bezpieczeństwa i ochrony ludności. Zasadniczo duże obciążenie pracą i skrócone okresy odpoczynku mogą zwiększać poziom zmęczenia i stresu oraz negatywnie wpływać na równowagę między życiem zawodowym a prywatnym, co ma szkodliwy wpływ na zdrowie psychiczne tych pracowników. Zmęczenie i stres mogą również zwiększać ryzyko urazów i wypadków przy pracy.

Ludzie mogą być dyskryminowani, poddawani stereotypizacji, mogą im być przyczepiane krzywdzące łatki, mogą też utracić swój status z powodu ich domniemanego związku z chorobą. Podczas obecnej pandemii zidentyfikowano przypadki piętnowania społecznego i zachowań dyskryminacyjnych wobec osób o określonym pochodzeniu etnicznym i narodowości, a także wszystkich osób uważanych za mające kontakt z wirusem. Osoby pracujące w obszarach i miejscach pracy o wysokim ryzyku zakażenia mogą być napiętnowane i padać ofiarą dyskryminacji, co prowadzi do wykluczenia społecznego i zwiększonego narażenia na przemoc i nękanie.

Wysoki wskaźnik śmiertelności związany z niektórymi epidemiami, niepokój w połączeniu z niepewnością co do objawów, niedostępnością zestawów testowych oraz brakiem szczepionek i leczenia może prowadzić do aktów przemocy wobec pracowników służby zdrowia i innych osób, które bezpośrednio opiekują się pacjentami i ich rodzinami.

Potwierdzony przypadek SARS-CoV-2 w miejscu pracy spowoduje niepokój wśród współpracowników. Ważna jest przejrzysta komunikacja, kierująca pracowników do wiarygodnych źródeł informacji o SARS-CoV-2. Kadra kierownicza placówki oświatowej powinna być pomocna i wyrozumiała oraz w miarę możliwości elastyczna w ustaleniach dotyczących pracy.



**INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

**Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

Zagrożenie	Źródło zagrożenia Wyniki pomiarów	Ciężkość szkod	Prawdopodo- bienstwo	Oszacowanie ryzyka	Działania profilaktyczne
<b>Obciążenie emocjonalne – stres.</b>	Presja kierownictwa związana z wynikami pracy. Przeciążenie pracą. Kontakty z klientami. Odpowiedzialność materialna za powierzone mienie.	Średnia	Mało prawdopodobne	<b>Mate – dopuszczalne</b>	Podjęcie działań korygujących stresujące elementy środowiska pracy przez, m.in.: ustalenie jasnego podziału obowiązków między pracownikami, lepsze planowanie pracy, dbanie o poprawne stosunki międzyludzkie, ustalenie jasnych zasad wynagradzania, premiowania i kar regulaminowych. Angażowanie pracowników w ustalanie sposobów i terminów wykonania poszczególnych prac, grafików czasu wolnego. Treningi technik relaksacji podczas przerw.
<b>Przeciążenie ilościowe pracą</b>	Zbyt dużo pracy do wykonania (okresowo). Nierównomierne tempo pracy	Mała	Prawdopodobne	<b>Mate – dopuszczalne</b>	Właściwe ustanie liczby osób potrzebnych do wykonywania zadań. Staranna selekcja w procesie rekrutacji. Przestrzeganie norm czasu pracy.
<b>Przeciążenie jakościowe pracą</b>	Konieczność zachowania stałej czujności. Konieczność tłumienia własnych potrzeb i reakcji.	Mała	Prawdopodobne	<b>Mate – dopuszczalne</b>	Przestrzeganie norm czasu pracy.
<b>Przeciążenie roli</b>	Konieczność współpracy z wieloma osobami. Konflikt praca – dom.	Mała	Prawdopodobne	<b>Mate – dopuszczalne</b>	Szkolenia okresowe z bhp z uwzględnieniem radzenia sobie ze stresem – okresowo powtarzalne.
<b>Niski poziom wsparcia społecznego</b>	Praktyczny brak możliwości konsultacji w przypadku trudnej sytuacji – podejmowanie szybkiej decyzji. Ciągła ekspozycja na ocenę.	Mała	Prawdopodobne	<b>Mate – dopuszczalne</b>	Tworzenie warunków do wymiany doświadczeń między pracownikami. Szkolenia okresowe z bhp z uwzględnieniem asertywności – okresowo powtarzalne.

**INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

**Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

<b>Ograniczony zakres kontroli nad pracą</b>	Brak możliwości kontroli czasu i sposobu wykonania zadania. Niewielki wpływ na podejmowane decyzje wpływające na organizację pracy. Brak wpływu na decyzje w instytucji. Uzależnienie efektów pracy od zachowań innych ludzi.	Mała	Prawdopodobne	Małe – dopuszczalne	W miarę możliwości uwzględnianie opinii pracowników przy ustalaniu składu zmiany roboczej. Pozostawienie pracownikom marginesu swobody w decydowaniu o warunkach pracy. Uwzględnienie indywidualnych właściwości psychofizycznych pracownika przy podziale. Uwzględnianie sugestii pracowników co do jakości surowców i innych elementów wpływających na jakość wykonywanej przez nich pracy. Konsultowanie zmian dotyczących organizacji pracy.
<b>Agresja ze strony ludzi.</b>	Kontakty z klientami. Użycie siły osób postronnych w celach przestępczych.	Mała	Prawdopodobne	Małe – dopuszczalne	Identyfikacja niebezpiecznych warunków w środowisku pracy oraz przekazywanie odpowiednich ostrzeżeń w razie wystąpienia tego typu zagrożeń. Szkolenia pracowników w zakresie metod przeciwdziałania przemocy ( <i>wzmożona uwaga, wezwanie policji</i> ).

**9. Praca w warunkach pandemii – zwiększenie bezpieczeństwa i ochrony zdrowia w miejscu pracy**

Należy stosować dwie podstawowe zasady:

- Niezależnie do zakładowego planu działań w przypadkach wątpliwych co do pewnego zachowania minimalnej, bezpiecznej odległości, powinny być udostępnione i stosowane maski ochronne na nos i usta.
- Osoby wykazujące objawy infekcji dróg oddechowych (*o ile nie jest to np. potwierdzone przez lekarza przeziębienie*) lub z podwyższoną temperaturą generalnie nie powinny przebywać na terenie placówki oświatowej.

Jeśli ktoś poczuje się źle w miejscu pracy i istnieje powód, by podejrzewać, że ta osoba miała kontakt z SARS-CoV-2, należy ją przenieść w miejsce oddalone od innych ludzi o co najmniej 2 metry. Jeśli to możliwe, trzeba znaleźć pokój, w którym można ją odizolować za zamkniętymi drzwiami, na przykład w biurze i otworzyć okno. Osoba chora powinna skorzystać z telefonu komórkowego, aby zadzwonić na wyznaczony publiczny numer służby zdrowia. Jeśli jest to nagły wypadek (jeśli są poważnie chorzy lub ranni lub ich życie jest zagrożone), należy zadzwonić pod numer 112 i wyjaśnić sytuację. Podczas oczekiwania na poradę osoba dotknięta chorobą powinna unikać dotykania ludzi, powierzchni i przedmiotów oraz powinna zakrywać usta i nos chusteczką jednorazową, gdy kaszle lub kicha. Jeśli jej nie ma, powinna kaszleć i kichać w zgięcie łokcia.

Najważniejsze jest postępowanie zgodnie ze wskazówkami podanymi przez rząd. Z zespołem zarządzającym firmą skontaktują się wyznaczone, publiczne służby zdrowia, aby omówić sprawę, zidentyfikować osoby zarażone i doradzić w sprawie wszelkich działań lub środków ostrożności, które należy podjąć. Ocena ryzyka każdej sytuacji zostanie przeprowadzona przez wyżej wspomniany organ zewnętrzny we współpracy z wiodącą odpowiedzialną osobą w firmie. Przedstawiciele organów państwowych (*sanitarnych, medycznych*) udzielą również porad na temat zarządzania personelem na podstawie oceny ryzyka (*również w zakresie czyszczenia obszarów wspólnych dla pracowników i osób z zewnątrz, tj. np. biur i toalet*). Służby państwowe będą również kontaktować się

## **INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

### **Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

bezpośrednio z osobą dotkniętą chorobą, aby doradzać w sprawie izolacji i identyfikować innych potencjalnie zarażonych. W przypadku potwierdzenia, że pracownik ma SARS-CoV-2, pracodawcy powinni poinformować współpracowników o możliwym narażeniu w miejscu pracy, zachowując jednak poufność i stosując instrukcje, jak postępować, zgodnie z polityką firmy i wytycznymi władz krajowych.

W przypadku zidentyfikowania potwierdzonego przypadku w miejscu pracy, wyznaczone, publiczne służby udzielą porad:

- każdemu pracownikowi, który kontaktował się bezpośrednio z zarażonym (*np. poprzez uścisk dłoni*),
- każdemu, kto podczas sprzątanía mógł mieć styczność z płynami ustrojowymi zarażonego,
- kolegom, współpracownikom osoby chorej,
- domownikom osoby chorej.

Pracownicy, którzy mieli bliski kontakt z chorym zostaną poproszone o izolację w domu przez 14 dni od ostatniego kontaktu. Będą one aktywnie monitorowane przez wyznaczone publiczne służby. Jeśli pojawią się nowe objawy lub ich istniejące objawy nasilą się w ciągu okresu obserwacji, powinni wezwać służbę zdrowia w celu ponownej oceny. Jeśli uzyskają dodatni wynik testu na obecność wirusa, zostaną przetransportowani do odpowiedniej placówki i poddani leczeniu. Pracownicy, którzy nie mieli bliskiego kontaktu z potwierdzonym przypadkiem, nie muszą podejmować żadnych innych środków ostrożności niż monitorowanie stanu zdrowia pod kątem objawów i mogą nadal pracować.

W żadnym wypadku nie wolno kierować osoby z podejrzeniem zarażenia SARS-CoV-2 do przychodni lekarskich czy też szpitala!!!

Nie wolno ryzykować zdrowiem i życiem innych osób, a takie działanie może sprawić, że chory pracownik zarazi po drodze inne osoby (*np. w poczekalniach czy środkach komunikacji publicznej*).

### **10. Kontrola stanu zdrowia pracowników – pomiar temperatury**

Kontrolowanie przez pracodawcę pomiarów temperatury swoich pracowników jest dopuszczalne, gdy zalecenie takie wyda Główny Inspektor Sanitarny lub działający z jego upoważnienia Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny. Jednakże na pracodawcy spoczywa obowiązek podjęcia określonych czynności zapobiegawczych i kontrolnych w celu zminimalizowania ryzyka rozprzestrzeniania się SARS-CoV-2. Pracodawca może mierzyć temperaturę swoim pracownikom, wykorzystując do tego celu termometr laserowy lub bezdotykowy. Kontrola musi dotyczyć wszystkich osób pracujących w firmie, w celu uniknięcia zarzutu ewentualnej dyskryminacji. Ponadto nie wolno pracodawcy utrzymywać tych danych, nie mogą być one przechowywane w żadnej formie.

### **11. Pozyskiwanie przez pracodawcę informacji o miejscach pobytu pracownika**

Pracodawca podejmuje niezbędne działania mające na celu zmniejszenia ryzyka zarażenia SARS-CoV-2 na terenie placówki. Musi jednak pamiętać jakie prawa przysługują pracownikom, nie przekraczając przy tym swoich kompetencji.

Pracodawca może przeprowadzać np. ankietę o miejscach pobytu swoich pracowników. Informacje takie mają kluczowe znaczenie w celu dalszej procedury postępowania. Jeżeli pracodawca uzyska informacje, że pracownik przebywał w strefie zagrożenia lub miał kontakt z osobami przybywającymi w takim miejscu, może np.

- zaproponować pracownikowi świadczenie pracy zdalnej,
- kontrolować stan pracownika, a gdy jego samopoczucie zacznie się pogarszać, zastosować procedurę postępowania zgodnie z instrukcjami inspekcji sanitarnej.

# **INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

## **Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

Koronawirus SARS-CoV-2 rozprzestrzenia się dynamicznie, a wynikiem rozprzestrzenienia się wirusa jest lekkomyślność i lekceważenie podstawowych reguł bezpieczeństwa. Dlatego pamiętajmy, że wszystkie działania, jakie podejmujemy, muszą być racjonalne. Nie zapominajmy jednak o zachowaniu zdrowego rozsądku.

### **12. Kwarantanna**

1. Kwarantanna 14 dniowa w warunkach domowych lub miejscu wyznaczonym przez pracodawcę.
2. Kwarantanna może być opóźniona o 48 godzin. Wynika to z najkrótszego możliwego okresu wylęgania wirusa i wystąpienia zakaźności u osoby ekspozowanej.
3. 14 dniowy okres kwarantanny może być skrócony, na podstawie wyniku badania PCR materiału pobranego od osoby nią objętej.

Jedynie badanie przeprowadzone **NAJWCZEŚNIEJ** w 7 dniu od styczności osoby kwarantannowanej z pacjentem zakażonym SARS-CoV-2 może potwierdzić lub wykluczyć zakażenie SARS-CoV-2. Wynika to z okresu wylęgania wirusa wynoszącego 2-14 dni, średnio 5-7 dni. Badanie polega na pobraniu próbki (*głęboki wymaz z gardła*) wyłącznie przez wykwalifikowane w tym kierunku osoby, z zachowaniem przyjętych procedur. Optymalny punkt pobrania materiału gwarantuje 95% wiarygodność wyniku.

W przypadku kontaktu z osobą o dużym prawdopodobieństwie zakażenia SARS-CoV-2 na podstawie objawów i badań krwi i/lub badań obrazowych kwarantanna zostaje zniesiona po uzyskaniu wyniku ujemnego badania PCR w kierunku SARS-CoV-2. Każdy kontakt z zachowaniem procedur to niskie ryzyko i nie wymaga kwarantanny. Pracownik po kontakcie z zakażonym przez pierwsze 48 godzin nie stanowi zagrożenia (*najkrótszy okres inkubacji wynosi 2 dni, mediana 5 dni*).

### **12. Zapewnienie bezpieczeństwa w placówce oświatowej**

1. Umieszczenie w widocznym miejscu przed wejściem informacji o maksymalnej liczbie użytkowników mogących jednocześnie przebywać w obiekcie.
2. Zapewnienie użytkownikom środków do dezynfekcji ( *płyny dezynfekcyjne, mydło, rękawiczki, maski, przyłbice*).
3. Nadzorowanie przy wejściu do obiektu przestrzegania dezynfekcji rąk zasłaniania twarzy.
4. Dyrektor przeprowadza spotkania z pracownikami i zwraca uwagę, aby kładli szczególny nacisk na profilaktykę zdrowotną, również dotyczącą ich samych. Do placówki nie powinni przychodzić nauczyciele i inni pracownicy, którzy są chorzy.
5. Zapewnienie termometru bezdotykowego (*uzyskanie zgody rodziców/opiekunów na pomiar temperatury ciała ucznia przed wejściem do obiektu lub gdy przejawia niepokojące objawy chorobowych*).
6. Wywieszenie w pomieszczeniach sanitarno-higienicznych instrukcji dotyczących mycia rąk, zdejmowania i zakładania rękawiczek, zdejmowania i zakładania maseczki, a przy dozownikach z płynem do dezynfekcji – instrukcje dezynfekcji rąk.
7. Zapewnienie sprzętu i środków oraz monitorowanie codziennych prac porządkowych, ze szczególnym uwzględnieniem dezynfekowania powierzchni dotykowych – poręczy, klamek, włączników światła, uchwytów, poręczy krzeseł i powierzchni płaskich, w tym blatów w pomieszczeniach pracy i w pomieszczeniach do spożywania posiłków. Zwiększoną dezynfekcję należy zastosować w szatni.
8. Ograniczenie liczebności użytkowników, adekwatnie do obowiązujących przepisów/ grup użytkowników, w celu umożliwienia przestrzegania wymogu dotyczącego dystansu przestrzennego.
9. Pracownicy kuchni oraz personel pomocniczy nie może się kontaktować z uczniami oraz personelem opiekującym się nimi.



**INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

**Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

10. Dopilnowanie, aby rodzice/opiekunowie dezynfekowali dłonie przy wejściu do obiektu (*w razie konieczności*), zakładali rękawice ochronne oraz posiadali ochronę zakrywającą usta i nos.
11. Bieżącą dezynfekcję toalet, klamek, telefonów, klawiatury komputerów, urządzeń w pomieszczeniach socjalnych oraz – w miarę potrzeby i możliwości – innych często dotykanych powierzchni. Dyrektor monitoruje prace, należy je rejestrować.
12. Wyznaczenie i przygotowanie (*m.in. wyposażonego w środki ochrony indywidualnej i płyn dezynfekujący*) pomieszczenia lub obszaru, w którym będzie można odizolować osobę w przypadku stwierdzenia objawów chorobowych.
13. Przygotowanie i umieszczenie w określonym miejscu (*łatwy dostęp*) potrzebnych numerów telefonów do stacji sanitarno-epidemiologicznej, służb medycznych.

**13. Bezpieczeństwo uczni**

1. Z sal powinny zostać usunięte przedmioty i sprzęty, których nie można skutecznie dezynfekować.
2. Uczniowie pod nadzorem nauczycieli, mogą korzystać z istniejących na terenie placówki boisk.
3. Należy zapewnić codzienną dezynfekcję sprzętu na boisku. W przypadku braku możliwości oznaczyć taśmą i odpowiednio zabezpieczyć przed używaniem.
4. Zgodnie z wytycznymi GIS należy poprosić rodziców, by nie przyprowadzali uczniów do placówki z objawami chorobowymi oraz którego domownik odbywa kwarantannę.
5. Wyłącznie zdrowe osoby mogą odprowadzać/odbierać uczniów.

**14. Obowiązki nauczyciela**

1. Wyjaśnienie uczniom, jakie zasady bezpieczeństwa obecnie obowiązują w placówce i dlaczego zostały wprowadzone.
2. Nie organizuje wyjść poza teren placówki (*wyjście na zewnątrz tylko w obrębie ogrodzenia placówki*).
3. Usuwa z sali przedmioty i sprzęty, których nie można skutecznie dezynfekować (*jeżeli do zajęć wykorzystuje przybory sportowe, np. piłki, skakanki, obręcze, powinny być systematycznie dezynfekowane*).
4. Należy wietrzyć salę, w której organizuje zajęcia, co najmniej raz na godzinę.
5. Zwraca uwagę uczniom aby często i regularnie myły ręce, szczególnie przed jedzeniem, po skorzystaniu z toalety i po powrocie z zajęć na świeżym powietrzu.
6. Zorganizuje pokaz właściwego mycia rąk i ich dezynfekcji. Przypomina i daje przykład.
7. Unika organizowania większych skupisk uczniów w jednym pomieszczeniu.

**15. Zapewnienie bezpieczeństwa pracownikom, uczniom**

1. Organizacja stanowisk pracy z uwzględnieniem wymaganego dystansu przestrzennego między pracownikami (*minimum 1,5 m*).
2. Organizacja trybu pracy z uwzględnieniem systemu zmianowego i rotacyjnego.
3. Zapewnienie pracownikom dostępu do środków ochrony indywidualnej (*maski, przyłbice, rękawice jednorazowe oraz fartuchy z długim rękawem do użycia w razie konieczności np. przeprowadzania zabiegów higienicznych u ucznia*) i preparatów do dezynfekcji rąk.
4. Zapewnienie wietrzenia pomieszczeń.
5. Ograniczenie do niezbędnego minimum spotkań i narad wewnętrznych; spotkania powinny być przeprowadzane przy otwartych oknach, z zachowaniem rekomendowanych przez służby sanitarne odległości pomiędzy osobami (*minimum 1,5 - 2m*); preferowany kontakt telefoniczny oraz mailowy.
6. Ograniczenie korzystania przez pracowników z przestrzeni wspólnych, w tym:
  - wprowadzenie różnych godzin przerw,

## **INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

### **Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

- zmniejszenie liczby pracowników korzystających ze wspólnych obszarów w danym czasie (*np. przez rozłożenie przerw na posiłki*).
- 7. Szczególną troskę o pracowników z grup bardziej narażonych na ryzyko epidemiczne – jeśli to możliwe nie angażowanie w ponadwymiarowe godziny osób powyżej 60 roku życia oraz przewlekłe chorych w bezpośredni kontakt z uczniami, rodzicami.
- 8. Wytyczne dla pracowników:
  - Przed rozpoczęciem pracy poddać się badaniu termometrem bezdotykowym i obowiązkowo należy umyć ręce wodą z mydłem lub dokonać dezynfekcji rąk.
  - W razie potrzeby nosić osłonę nosa i ust, ewentualnie przyłbicę oraz rękawice ochronne podczas wykonywania obowiązków.
  - Zachować bezpieczną odległość od rozmówcy i współpracowników (*rekomendowane są 1,5 - 2 metry*).
  - Regularnie często i dokładnie myć ręce wodą z mydłem zgodnie z instrukcją znajdującą się przy umywalce i dezynfekować osuszone dłonie środkiem na bazie alkoholu (*min. 60%*).
  - Podczas kaszlu i kichania zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce.
  - Starać się nie dotykać dłońmi okolic twarzy, zwłaszcza ust, nosa i oczu.
  - Dołożyć wszelkich starań, aby stanowiska pracy były czyste i higieniczne, szczególnie po zakończonym dniu pracy. Należy pamiętać o dezynfekcji powierzchni dotykowych, jak słuchawka telefonu, klawiatura i myszka, włączniki świateł czy biurka.
  - Regularnie (*kilka razy w ciągu dnia*) czyścić powierzchnie wspólne, z którymi stykają się użytkownicy, np. klamki drzwi wejściowych, poręcze, blaty, oparcia krzesel.
  - Unikać dojazdów do pracy środkami komunikacji publicznej, jeżeli istnieje taka możliwość.

### **16. Utrzymanie porządku i higieny**

Regularne wietrzenie sprzyja higienie i poprawia jakość powietrza, bowiem w pomieszczeniach zamkniętych ilość patogenów w powietrzu może się spotęgować. Wietrzenie powoduje, że zmniejsza się ilość drobnych kropelek zawierających wirusa, które mogą występować w powietrzu.

Przerwy na posiłki powinny być zorganizowane w taki sposób, aby ograniczyć liczbę osób przebywających w tym samym czasie w stołówce, pokoju socjalnym, kuchni, łazience i szatni. Korzystanie z pomieszczeń higieniczno-sanitarnych powinno być zorganizowane w sposób uwzględniający harmonogramy czyszczenia i dezynfekcji. Należy zalecić pracownikom, aby pozostawiali swoje miejsca pracy w czystości. Kosze na śmieci powinny mieć worki foliowe, aby mogły być opróżniane bez kontaktu z zawartością.

Do mycia rąk należy udostępnić łagodne mydło w płynie i dozownik z ręcznikami. Należy zadbać o utrzymanie czystości i higieny, a w razie potrzeby dopasować czas przerw przewidzianych na czyszczenie i sprzątanie. W pomieszczeniach socjalnych i w stołówkach należy zapewnić bezpieczną odległość, np. przez rozsunięcie stół i krzesel. Należy zwrócić uwagę na to, aby w miejscach wydawania posiłków, zwrotu brudnych naczyń i w miarę możliwości nie tworzyły się kolejki. W razie potrzeby należy przedłużyć czas pracy jadali i wydawania posiłków.

Ciągi komunikacyjne (*m.in. schody, drzwi, windy*) należy tak zmodyfikować, aby przy korzystaniu z nich była zachowana bezpieczna odległość pomiędzy osobami. Tam, gdzie zazwyczaj dochodzi do zgrupowań osób (*terminale rejestracji czasu pracy, stołówki, stanowiska wydawania narzędzi i materiałów, windy itd.*), bezpieczne odległości, w jakich można stawać, powinny być zaznaczone np. za pomocą taśmy samoprzylepnej. Także gdy kilku pracowników pracuje razem należy zapewnić 1,5 m odległości pomiędzy nimi. Tam, gdzie za pomocą środków technicznych lub organizacyjnych nie uda się tego zapewnić, należy zarządzić środki alternatywne (*stosowanie maski ochronnej na nos i usta*).

**INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym  
SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane  
w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW  
Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

Zagęszczenie pracowników w strefie pracy i we wspólnie użytkowanych obiektach należy zmniejszyć za pomocą rozłożenia pracy w czasie (*elastyczny czas pracy i przerw, ewentualnie praca na zmiany*). Przy sporządzaniu planów zmianowych należy zwrócić uwagę, aby w miarę możliwości te same osoby były przydzielane do pracy na wspólnej zmianie, co pozwoli dodatkowo zredukować wewnątrzzakładowe kontakty pomiędzy pracownikami. Za pomocą odpowiednich środków organizacyjnych należy zadbać, aby przy rozpoczęciu i zakończeniu dnia pracy nie dochodziło do bliższej styczności większej liczby pracowników (*np. przy terminalach rejestracji czasu pracy, w przebieralniach, umywalniach, przy natryskach itd.*).

Szczególną uwagę należy poświęcić wszystkim powierzchniom i przedmiotom, które są wyraźnie zanieczyszczone płynami ustrojowymi oraz wszystkim potencjalnie skażonym obszarom. Odnosi się to zwłaszcza do sanitariatów (*toalety*) i pomieszczeń socjalnych. Rozprzestrzenianiu się zakażeń zapobiega także regularne czyszczenie klamek i poręczy. Obszary publiczne, w których objawowa osoba przebywała przez minimalny czas (*np. korytarze*) oraz które nie są wyraźnie zanieczyszczone płynami ustrojowymi, nie muszą być specjalnie czyszczone i dezynfekowane. Jeśli dana osoba zachoruje we wspólnej przestrzeni, należy ją wyczyścić za pomocą jednorazowych ściereczek i zwykłych detergentów, zgodnie z obowiązującymi przepisami i praktyką w miejscu pracy. Należy podjąć środki ostrożności w celu ochrony środków czyszczących. Wszystkie odpady, które miały kontakt z daną osobą, w tym zużyte chusteczki i maski, należy umieścić w plastikowym worku na śmieci i zawiązać po napełnieniu. Plastikową torbę należy następnie umieścić w drugiej torbie na śmieci i zawiązać. Władze publiczne w poszczególnych krajach informują, co robić z odpadami.

## **17. Środki ochrony**

Środki techniczne (*obudowy pleksiglasowe – oddzielanie stanowisk pracy przegrodami*). Należy unikać elementów, które nie są zwarte lub mają przestrzenie oraz takich jak rośliny doniczkowe, lub które stwarzają dodatkowe ryzyko, np. potknięcia się pracownika, czy upadku przedmiotu. Jeśli nie można zastosować przegrody, należy zapewnić dodatkową przestrzeń między pracownikami (*odstęp min. 1,5 m.*). Konieczne jest dbanie o sprawną i wydajną wentylację pomieszczeń pracy.

Środki organizacyjne (*np. zmianowość na stanowiskach pracy, zwiększenie czasu trwania i ilości przerw w pracy, kierowanie tylko wykwalifikowanych pracowników do wykonania określonej pracy*).

Środki ochrony osobistej (*np. półmaski FFP2 i FFP3, N95, rękawiczki jednorazowe, przyłbice*).

Środki behawioralne (*np. obserwacje przestrzegania reguł i wytycznych kierownictwa, nadzór nad pracownikami*).

## **18. Postanowienia końcowe**

Wstęp na teren placówki osób z zewnątrz należy w miarę możliwości ograniczyć do minimum. W miarę możliwości należy rejestrować dane osób z zewnątrz oraz czas ich wejścia/opuszczenia przez nich miejsca pracy/ placówki. Ponadto osoby z zewnątrz muszą zostać poinformowane na temat środków obowiązujących aktualnie w placówce oświatowej w związku z ochroną przed zarażeniem SARS-CoV-2.

Każdy pracownik, który stwierdzi u siebie objawy grypy, złego samopoczucia i stan ten budzi jego zastrzeżenia powinien udać się do bezpośredniego przełożonego celem przerwania pracy i podjęcia przez pracownika kroków mających na celu zdiagnozowanie dolegliwości.

Szczegółowe zasady postępowania opracowane przez Ministerstwo Zdrowia na temat postępowania w przypadku podejrzenia SARS-CoV-2 są dostępne na gov.pl

**INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW**

**Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**

Pracownicy, którzy na placówce zauważą osobę w złym stanie zdrowia powinni jak najszybciej zgłosić ten fakt swojemu przełożonemu, a w sytuacji bezpośrednio zagrażającej życiu lub zdrowiu tej osoby udzielić jej pierwszej pomocy i jeśli to konieczne wezwać Pogotowie Ratunkowe – tel.: 999 lub 112.

Opracowanie:  
Andrzej Dzedzic

Zatwierdził:

.....







**INSTRUKCJA: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu chorób zakaźnych w tym  
SARS-CoV-2 (COVID-19) i ryzyko zawodowe z tym związane  
w PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH GMINY CZCHÓW  
Zespół Szkół i Przedszkola im. ks. prof. Józefa Tischnera w Domosławicach**