

PROCEDURY BEZPIECZEŃSTWA W CZASIE EPIDEMII

I. Podstawowe informacje na temat choroby COVID – 2019 oraz zabezpieczeń przed zakażeniem.

1. Choroba COVID – 2019 wywołana jest przez wirusa SARS-CoV-2 potocznie nazwanym koronawirusem.
2. Najczęstsze objawy u zakażonych:
 - a) gorączka – 88%
 - b) suchy kaszel – 67%
 - c) zmęczenie – 38%
 - d) odksztuszanie płwociny – 33%
 - e) bóle mięśni – 20%
 - f) duszności – 18%
3. U większości zakażonych choroba może mieć łagodny przebieg ale dla osób starszych i mniej odpornych może skończyć się ostrym zapaleniem płuc, niewydolnością oddechową, sepsą i śmiercią. Śmiertelność jest ok. 10 krotnie wyższa niż przy grypie ponieważ atakuje nie drogi oddechowe ale płuca. Choroba w ponad 50% przypadków może spowodować zmiany w płucach.
4. Wirus rozprzestrzenia się najczęściej drogą kropelkową podczas kaszlu, kichania, głośnego mówienia oraz w mniejszym stopniu dotykaniu żywności, przedmiotów na których znajduje się wirus. Osoby, które przechodzą chorobę w miarę łagodnie mogą śmiertelnie zarazić innych.
5. Okres wylegania choroby od 2 do 14 dni, średnia długość wylegania 5 dni.
6. Wirus może przeżyć na przedmiotach metalowych, plastikowych czy szklanych od 2 godz. do 9 dni.
7. Przy temperaturze 30-40 stopni Celsjusza wirus szybciej jest dezaktywowany.
8. Stosowanie środków dezynfekujących niszczy wirusy w ciągu 1 minuty - 60-70% alkohol, nadtlenek wodoru czyli 0,5% woda utleniona, 0,1% podchloryn sodu.
9. Dokładne mycie rąk (20- 30 sekund) z użyciem detergentów jest najlepszym sposobem pozbycia się wirusa jeśli mieliśmy z nim kontakt.
10. Kichając czy kaszląc należy zatykać usta dłonią z jednorazową chusteczką bądź zasłaniać okolicą zgięcia łokcia.
11. Nie wolno spluwać szczególnie w miejscach publicznych.
12. Szczególnie niebezpieczne jest przebywanie w miejscach gdzie przebywa więcej niż 5 osób.

II. Procedury dla Pracowników, Członków Komisji Energetycznej, Wykładowców i Klientów.

Procedury służą zachowaniu jak największego bezpieczeństwa i ochrony przed zakażeniem się koronawirusem. Postępowanie wg procedur bezpieczeństwa buduje zaufanie pomiędzy Klientem a Firmą.

STOSUJ SIĘ DO PROCEDUR – POSTĘPUJ ZGODNIE Z LISTĄ KONTOLNĄ.

1. Procedura bezpieczeństwa dla Klientów przystępujących do egzaminu/ew. szkolenia/instruktażu:

- a) dokonaj zakupu: - termometr bezdotykowy, płyn dezynfekcyjny, spryskiwacz do dezynfekcji (może być spryskiwacz np. po płynie do mycia okien albo dozownik do mydła w płynie), jednorazowe rękawiczki lateksowe, maseczki jednorazowe albo jeśli nie ma takiej możliwości maseczkę wielorazową z możliwością wyprania i wygotowania, gaziki albo chusteczki do dezynfekcji,
- b) zgłoś się na egzamin telefonicznie bądź poprzez pocztę elektroniczną,
- c) dokonuj płatności na konto bankowe;
- d) umawiaj się na określoną godzinę w odpowiednim odstępie tak, żeby egzaminowani nie spotykali się za sobą,
- e) trzymaj się zasady: w trakcie egzaminu w pokoju znajdują się tylko członkowie komisji w odległościach min. 2 m. od siebie oraz osoba egzaminowana,
- f) dzień przed egzaminem uzyskaj informację czy inne osoby egzaminowane nie mają niepokojących objawów, czy nie są w kwarantannie i czy nie są w grupie ryzyka czyli nie mieli kontaktów z osobami, których objawy mogły wskazywać na zakażenie koronawirusem lub z osobami, które wróciły w okresie ostatnich 3 tyg. z kraju gdzie panuje epidemia,
- g) na egzamin weź ze sobą maskę i rękawice ochronne,
- h) przed wejściem do budynku załóż rękawice ochronne,
- i) po wejściu do budynku postępuj zgodnie z poleceniem pracowników Ośrodka,
- j) te same zasady zastosuj w przypadku szkolenia/instruktażu, dowiedz się ilu będzie uczestników szkolenia/instruktażu, upewnij się czy uczestnicy będą od siebie w oddaleniu 2 m.

2. Procedura bezpieczeństwa dla Pracowników SIMPODK/Członków Komisji Egzaminacyjnej/Wykładowców

- a) Pracownicy SIMP ODK oraz Członkowie Komisji/Wykładowcy podejmujący pracę powinni określić czy nie mają niepokojących objawów, czy nie są w kwarantannie i czy nie są w grupie ryzyka czyli nie mieli kontaktów z osobami będącymi w grupie ryzyka lub z osobami, które wróciły w okresie ostatnich 3 tyg. z kraju gdzie panuje epidemia,
- b) Pracownicy SIMP ODK oraz Członkowie Komisji/Wykładowcy podejmujący pracę powinni upewnić się dzień wcześniej czy Klient nie ma niepokojących objawów, czy nie jest w kwarantannie i czy nie jest w grupie ryzyka czyli nie miał kontaktów z osobami będącymi w grupie ryzyka lub z osobami, które wróciły w okresie ostatnich 3 tyg. z kraju gdzie panuje epidemia,
- c) Ośrodek ale również Pracownicy SIMP ODK oraz Członkowie Komisji/Wykładowcy powinni dokonać zakupu: - termometr bezdotykowy, płyn dezynfekcyjny, spryskiwacz do dezynfekcji (może być spryskiwacz np. po płynie do mycia okien albo dozownik do mydła w płynie), jednorazowe rękawiczki lateksowe, maseczki jednorazowe albo jeśli nie ma takiej możliwości maseczkę wielorazową z możliwością wyprania i wygotowania, gaziki albo chusteczki do dezynfekcji,

- d) Pracownik SIMP ODK obsługujący komisję, Członkowie Komisji, Wykładowcy powinni stosować środki bezpieczeństwa umożliwiające odpowiednie zabezpieczenie przed zakażeniem się koronawirusem:
- pracownik, który otwiera wejście do budynku powinien być zaopatrzony w jednorazowe rękawiczki lateksowe lub podobne,
 - po założeniu rękawiczek – otwiera drzwi wejściowe do budynku,
 - po zdjęciu odzieży wierzchniej myje ręce stosując zasadę 30 sek. a następnie dezynfekuje ręce i po wyschnięciu zakłada jednorazowe rękawiczki,
 - sprawdza za pomocą termometru bezdotykowego temperaturę ciała – jeśli jest w normie przystępuje do pracy jeśli jest podwyższona informuje telefonicznie o tym fakcie przełożonego,
 - dezynfekuje klamkę przy wejściu oraz klamkę w drzwiach gdzie odbywają się egzaminy, zabezpiecza folią albo np. kawałkiem jednorazowej rękawiczki,
 - domofon dezynfekuje i zabezpiecza folią,
 - przed przyjściem pierwszej osoby z zewnątrz zakłada jednorazową maseczkę,
 - po zgłoszeniu się osób wchodzących do budynku informuje o konieczności zdezynfekowania rąk, ew. założenia jednorazowych rękawiczek,
 - Członkowie Komisji, Wykładowcy po zgłoszeniu się przez domofon postępują jak w pkt. 3 i zakładają jednorazową maseczkę i mierzona jest im przez Pracownika SIMP ODK temperatura ciała przy pomocy termometru bezdotykowego,
- e) Pracownik SIMP ODK sprawdza czy:
- przed wejściem znajdują się jednorazowe rękawiczki,
 - na drzwiach jest umieszczony duży napis – przed wejściem włóż rękawiczki,
 - czy w budynku są wywieszzone w widocznym miejscu plakaty instruujące jak skutecznie myć ręce,
 - czy pomieszczenia znajdujące się w SIMP spełniają określone standardy:
 - powierzchnia umożliwia odpowiednie rozlokowanie komisji,
 - pomieszczenie z drzwiami umożliwia odizolowanie od innych miejsc w SIMP ODK,
 - zarówno przed jak i po egzaminie pomieszczenie powinno być dezynfekowane za pomocą środków stosowanych do odkażania pomieszczeń oraz wietrzone,
 - w budynku powinny być regularnie (dobrze byłoby raz dziennie myte i dezynfekowane (przez osoby sprzątające) powierzchnie dotykowe takie jak, stoły, stoły konferencyjne, biurka, toalety, umywalki, kurki od kranów, klamki, poręcze, włączniki oświetleniowe i inne tego typu miejsca (telefony, klawiatury, myszki do komputera i włączniki innych urządzeń elektronicznych powinny być dezynfekowane przez bezpośrednich użytkowników). Kontakt z przedmiotami zanieczyszczonymi skażoną wydzieliną z dróg oddechowych jest jednym ze sposobów szerzenia się COVID – 19,
- f) Pracownik (bezpośredni użytkownik) SIMP ODK regularnie przynajmniej dwa razy dziennie (przed rozpoczęciem i na zakończenie pracy oraz w razie potrzeby)

- dezynfekuje powierzchnie dotykowe takie jak biurko, telefon, klawiaturę, myszkę do komputera i włączniki innych urządzeń elektronicznych,
- g) Pracownik SIMP informuje Klientów telefonicznie podczas zapisów na egzamin/szkolenie/instruktaż i drugi raz po przyjściu Klienta do Biura o obowiązujących zasadach bezpieczeństwa:
- **Procedurze bezpieczeństwa dla Klientów (wymieniając zalecenia);**
 - **Instrukcji Bezpieczeństwa** i sam się do nich stosuje.

3. Instrukcja Bezpieczeństwa:

- nie wolno stosować powitań w formie podawania rąk,
- należy zachować zasadę odległości min. 2 metrów od innych osób,
- spożywanie kawy czy innych napojów jest możliwe tylko w jednorazowych kubkach,
- wypełnianie wniosku egzaminacyjnego i innych dokumentów jest możliwe tylko w jednorazowych rękawiczkach,
- po egzaminie należy niezwłocznie opuścić budynek SIMP ODK,
- jednorazowe rękawiczki można wyrzucić do torby przed budynkiem,
- kursant może wyjść w rękawiczkach i maseczce ale trzeba go poinformować, że po przyjściu do domu trzeba je wyrzucić do odpadów zmieszanych,
- w firmie powinny się znajdować zapasowe maski ochronne i rękawice lateksowe lub podobne dla ew. Klientów, którzy nie będą takowych posiadali ze sobą,
- procedurę należy stosować również podczas przeprowadzania egzaminów i szkoleń nie tylko w SIMP ODK ale również w siedzibie firmy/instytucji zewnętrznej, w której będą się odbywać.

Procedura bezpieczeństwa

zasady sanitarno – epidemiologiczne do wdrożenia przez ODDZIAŁ SIMP/zarządcę budynku

- 1) Zarząd/O oraz Pracownicy Zarządu SIMP podejmujący pracę lub inne czynności statutowe, powinni określić czy nie mają niepokojących objawów, czy nie są w kwarantannie i czy nie są w grupie ryzyka czyli nie mieli kontaktów z osobami będącymi w grupie ryzyka lub z osobami, które wróciły w okresie ostatnich 3 tyg. z kraju gdzie panuje epidemia,
- 2) Zarząd/O oraz Pracownicy Zarządu SIMP przyjmujący Klientów lub członków SIMP powinni upewnić się dzień wcześniej czy Klient nie ma niepokojących objawów, czy nie jest w kwarantannie i czy nie jest w grupie ryzyka czyli nie miał kontaktów z osobami będącymi w grupie ryzyka lub z osobami, które wróciły w okresie ostatnich 3 tyg. z kraju gdzie panuje epidemia,
- 3) Zarząd/O oraz Pracownicy Zarządu SIMP powinni zapewnić w Budynku: - termometr bezdotykowy, płyn dezynfekcyjny, spryskiwacz do dezynfekcji (może być spryskiwacz

np. po płynie do mycia okien albo dozownik do mydła w płynie), jednorazowe rękawiczki lateksowe, maseczki jednorazowe albo jeśli nie ma takiej możliwości maseczkę wielorazową z możliwością wyprania i wygotowania, gaziki albo chusteczki do dezynfekcji,

- 4) Zarząd/O oraz Pracownicy Zarządu SIMP powinni stosować **Zasady bezpieczeństwa**;
- 5) Administrator budynku zapewnia użytkownikom/ewentualnym najemcom środki higieny i bezpieczeństwa zgodnie ze stosownymi aktami prawnymi oraz procedura bezpieczeństwa oraz sam się do nich stosuje.

6) Zasady bezpieczeństwa:

- przed wejściem do budynku znajdują się jednorazowe rękawiczki (w razie braku należy je uzupełnić),
- na drzwiach umieszczony jest duży napis – przed wejściem włóż rękawiczki,
- w budynku wywieszono są w widocznym miejscu plakaty instruujące jak skutecznie myć ręce,
- po założeniu rękawiczek – Pracownik/Członek Zarządu otwiera drzwi wejściowe do budynku,
- po zdjęciu odzieży wierzchniej myje ręce stosując zasadę 30 sek. a następnie dezynfekuje ręce i po wyschnięciu zakłada jednorazowe rękawiczki lateksowe lub podobne,
- sprawdza za pomocą termometru bezdotykowego temperaturę ciała – jeśli jest w normie przystępuje do pracy/działań, jeśli jest podwyższona informuje telefonicznie o tym fakcie wyznaczonego przez Prezydium Członka Zarządu,
- dezynfekuje klamkę przy wejściu oraz klamkę w drzwiach pomieszczenia w którym przebywa,
- domofon dezynfekuje i zabezpiecza folią,
- przed przyjściem pierwszej osoby z zewnątrz zakłada jednorazową maseczkę,
- po zgłoszeniu się osób wchodzących do budynku informuje o konieczności zdezynfekowania rąk, ew. założenia jednorazowych rękawiczek;
- po zakończeniu pracy/działań pomieszczenie powinno być dezynfekowane za pomocą środków stosowanych do odkażania pomieszczeń oraz wietrzone,
- w budynku powinny być regularnie (dobrze byłoby raz dziennie myte i dezynfekowane (przez osoby sprzątające) powierzchnie dotykowe takie jak, stoły, stoły konferencyjne, biurka, toalety, umywalki, kurki od kranów, szafek kuchennych, klamki, poręcze, włączniki oświetleniowe i inne tego typu miejsca (telefony, klawiatury, myszki do komputera i włączniki innych urządzeń elektronicznych powinny być dezynfekowane przez bezpośrednich użytkowników). Kontakt z przedmiotami zanieczyszczonymi skażoną wydzieliną z dróg oddechowych jest jednym ze sposobów szerzenia się COVID – 19,
- bezpośredni użytkownik sprzętów regularnie przynajmniej dwa razy dziennie (przed rozpoczęciem i na zakończenie pracy/działań oraz w razie potrzeby) dezynfekuje powierzchnie dotykowe takie jak biurko, telefon, klawiaturę, myszkę do komputera i włączniki innych urządzeń elektronicznych,
- nie wolno stosować powitań w formie podawania rąk,

- należy zachować zasadę odległości min. 2 metrów od innych osób,
- spożywanie kawy czy innych napojów jest możliwe tylko w jednorazowych kubkach,
- wypełnianie dokumentów jest możliwe tylko w jednorazowych rękawiczkach,
- po pracy należy niezwłocznie opuścić budynek SIMP,
- jednorazowe rękawiczki można wyrzucić do torby przed budynkiem,
- można wyjść w rękawiczkach ale po przyjeździe do domu trzeba je wyrzucić do odpadów zmieszanych,
- w firmie powinny się znajdować zapasowe maski ochronne i rękawice lateksowe lub podobne dla ew. Klientów, którzy nie będą takowych posiadali ze sobą.