



Instrukcja bezpiecznego korzystania z sal (wykładowych, seminaryjnych, auli) w związku z występowaniem koronawirusa SARS-CoV-2 w obiekcie przy ul. Mickiewicza 18

Objawy zakażenia COVID-19

COVID-19 to choroba wywołana zakażeniem wirusem SARS-CoV-2. Najczęstsze objawy to gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem. Towarzyszy temu ogólne zmęczenie. Niektórzy pacjenci mogą mieć katar, ból gardła, mięśni lub biegunkę. Objawy te są zwykle łagodne i rozwijają się stopniowo. U większości pacjentów (około 80%) choroba przebiega bez konieczności specjalistycznego leczenia.

Sposoby ograniczenia ryzyka zakażenia się koronawirusem SARS-CoV-2

1. Należy pamiętać o częstym myciu rąk wodą z mydłem co najmniej przez 30 sekund, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60%).
2. Stosować zasady ochrony podczas kichania i kaszlu. Podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – po czym jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce używając mydła i wody lub zdezynfekować je środkami na bazie alkoholu (min. 60%). Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków, w tym wirusów. Jeśli nie przestrzega się tej zasady można łatwo zanieczyścić przedmioty, powierzchnie lub dotykane, np. przy powitaniu, osoby. Wirus ma zdolność do krótkotrwałego przebywania na powierzchniach i przedmiotach jeśli skażone zostały wydzieloną oddechową (w trakcie kaszlu, czy kichania) osób chorych. Istnieje ryzyko przeniesienia wirusa z zanieczyszczonych powierzchni na rękach np. dotykając twarzy lub pocierając oczy.
3. Zachować w kontaktach bezpieczną odległość, co najmniej 1,5 m.
4. Unikać dotykania oczu, nosa i ust: dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być zanieczyszczone wirusem. Dotknięcie oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, może spowodować przeniesienie się wirusa z powierzchni na siebie.
5. Unikanie kontaktu z osobami z gorączką, objawami przeziębienia i grypy.
6. Unikanie dotykania powierzchni w miejscach publicznych np. poręczy, przycisków w windzie, ekranów dotykowych, terminali płatniczych i klamek.
7. Nie witanie się przez podanie ręki lub uścisk.
8. W miarę możliwości trzeba minimalizować obecność stron trzecich i osób postronnych.
9. 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.
10. Należy zredukować, na tyle ile to możliwe, kontakt fizyczny między pracownikami (np. podczas spotkań i przerw).

Procedura bezpiecznego korzystania z sal (wykładowych, seminaryjnych, auli)

1. Na salę wejść może wyłącznie osoba zdrowa, bez objawów chorobowych sugerujących chorobę zakaźną. Nie mogą wejść osoby które przebywają w domu z osobą odbywającą kwarantannę, albo izolację w warunkach domowych.
2. Czekając na wejście do sali osoby powinny zachować odstęp minimum 2m od siebie oraz mieć osłonięte usta i nos.
3. Do sali mogą wejść jedynie osoby z osłoną na usta i nos (maseczka jednorazowa lub wielokrotnego użytku, przyłbica w przypadku osób, które ze względów zdrowotnych nie mogą zakrywać ust i nosa maseczką).
4. Osoby o umiarkowanym, albo głębokim stopniu niepełnosprawności lub niesamodzielności, zwolnione są z obowiązku zakrywania ust i nosa.
5. Prowadzący zajęcia zwolnieni są z obowiązku osłony ust i nosa tylko podczas prowadzenia zajęć.
6. Zasada zakrywania ust i nosa powinna obowiązywać wszystkich na terenie całego obiektu. Jeżeli z jakiegoś powodu osłona na usta i nos musi być zdjęta należy przestrzegać bezwzględnie 2 metrowego odstępu od innych osób.
7. Przed wejściem na salę, gdzie odbywają się zajęcia uczestnicy powinni dokładnie umyć ręce wodą z mydłem i zdezynfekować je, lub założyć rękawiczki. Powinni również zapoznać się z podstawowymi informacjami dotyczącymi możliwych sposobów zapobiegania zakażeniu koronawirusem, a także powinno się im udostępnić numery telefonów do stacji sanitarno-epidemiologicznej, najbliższego oddziału zakaźnego, ewentualnie służb medycznych czy infolinii NFZ.
8. Drzwi do sal powinny być wyposażone w tabliczki (dwujęzyczne- w języku polskim i angielskim) informujące o dopuszczalnej liczbie osób mogących uczestniczyć w zajęciach.
9. Miejsca do siedzenia należy zorganizować w taki sposób, aby pomiędzy osobami zachowany był co najmniej 1,5 metrowy odstęp w każdym kierunku.
10. Należy wyraźnie oznaczyć krzesła, których nie można zajmować.
11. Jeżeli zapewnienie odpowiedniej odległości pomiędzy osobami nie jest możliwe ze względu na liczbę studentów, należy podzielić grupy na mniejsze, zapewniające 1.5m odległości między stanowiskami dydaktycznymi lub zapewnić salę odpowiednio większą.
12. Drzwi do sal oraz wszystkie drzwi do pomieszczeń, po których poruszają się studenci powinny być otwarte, w miarę możliwości tak, by osoby wchodzące nie musiały dotykać klamek. Jeżeli ze względów bezpieczeństwa drzwi nie mogą być otwarte, klamki/ uchwyty i powierzchnie, które mogą być dotykane powinny być regularnie dezynfekowane.
13. Jeżeli na korytarzach znajdują się krzesła należy ograniczyć ich liczbę i odpowiednio ustawić tak, aby zachować odległość pomiędzy kolejnymi wynoszącą min. 1.5 m. Gdy nie ma możliwości usunięcia krzesel lub ich rozstawienia, należy uniemożliwić korzystanie poprzez ich odpowiednie oznaczenie.
14. Pomieszczenie sali powinno być regularnie wietrzone, nie rzadziej niż co godzinę.
15. Należy ograniczyć liczbę osób przebywających w jednej łazience (o połowę w stosunku do ilości toalet) oraz wywiesić na drzwiach informację (dwujęzyczną) na temat maksymalnej liczby osób, które mogą znajdować się wewnątrz.
16. Przerwy powinny być zorganizowane w taki sposób, aby ograniczyć liczbę osób przebywających w tym samym czasie w jednym miejscu.
17. Należy redukować, na tyle ile to możliwe, kontakt fizyczny między osobami na sali (np. podczas spotkań i przerw)

18. Należy utrzymać w czystości ciągi komunikacyjne, dezynfekować powierzchnie dotykowe: poręcze, klamki, włączniki światła, uchwyty.
19. Miejsca siedzące i powierzchnie dotykowe należy dezynfekować przed i po każdym korzystaniu z sali.
20. Należy unikać tworzenia się grup osób oczekujących przed salą.
21. Przeprowadzając dezynfekcję, należy ściśle przestrzegać zaleceń producenta środków do dezynfekcji. Ważne jest również ściśle przestrzeganie czasu niezbędnego do wywietrzenia dezynfekowanych pomieszczeń.
22. Prowadzący zajęcia jest odpowiedzialny za zachowanie dyscypliny związanej z ilością uczestników zajęć i prawidłowym zajmowaniem miejsc.
23. W przypadku wprowadzania i znoszenia zaleceń przez Główny Inspektorat Sanitarny oraz właściwe Ministerstwo, należy na bieżąco stosować się do wytycznych podawanych przez wymienione organy.

Postępowanie w przypadku podejrzenia zakażenia u pracownika lub studenta

1. Jeżeli uczestnik zajęć przejawia niepokojące objawy choroby zakaźnej należy niezwłocznie odsunąć go od zajęć, odizolować w przygotowanym do tego odrębnym pomieszczeniu lub wyznaczonym miejscu z zapewnieniem 2m odległości od innych osób.
2. W przypadku, kiedy stan zdrowia nie wymaga pomocy PRM osoba z objawami choroby powinna udać się do domu transportem indywidualnym. Pozostać tam i skorzystać z teleporady medycznej
3. W sytuacji pogarszania się stanu zdrowia osoby należy wezwać pogotowie ratunkowe, celem przewiezienia do najbliższego oddziału zakaźnego, a o zaistniałej sytuacji niezwłocznie poinformować właściwą powiatową stację sanitarno- epidemiologiczną, która przeprowadzi wstępny wywiad epidemiologiczny.
4. Pomieszczenie i obszar w którym poruszała się osoba należy poddać gruntownemu sprzątnięciu i dezynfekcji (z uwzględnieniem powierzchni dotykowych klamki, poręcze, uchwyty) zgodnie z funkcjonującymi procedurami.
5. Należy sporządzić listę osób przebywających w tym samym czasie w części/ częściach obiektu, w których przebywała osoba podejrzana o zakażenie, co będzie pomocne w prowadzeniu dochodzenia epidemiologicznego przez Państwową Inspekcję Sanitarną.

Powyższą instrukcję opracowano na podstawie dokumentu pt. „Środowiskowe wytyczne w związku z częściowym przywracaniem działalności uczelni” z dnia 12.05.2020 r., zaleceń Głównego Inspektoratu Sanitarnego oraz wytycznych zawartych w Rozporządzeniu Rady Ministrów z dnia 29.05.2020 r. w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku wystąpieniem stanu epidemii. W przypadku wprowadzania i znoszenia zaleceń przez Główny Inspektorat Sanitarny oraz właściwe Ministerstwo, należy na bieżąco stosować się do wytycznych podawanych przez wymienione organy.

OPRACOWAŁ:
KIEROWNIK OBIEKTU
Magdalena Reszka
mgr Magdalena Reszka

ZAOPINIOWAŁ:
SPECJALISTA ds. BHP
Roman Przyborowski
Roman Przyborowski

ZATWIERDZIŁ:

.....

.....



Instrukcja bezpiecznego korzystania z sal (wykładowych, seminaryjnych, auli) w związku z występowaniem koronawirusa SARS-CoV-2 w obiekcie przy ul. Mickiewicza 16

Objawy zakażenia COVID-19

COVID-19 to choroba wywołana zakażeniem wirusem SARS-CoV-2. Najczęstsze objawy to gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem. Towarzyszy temu ogólne zmęczenie. Niektórzy pacjenci mogą mieć katar, ból gardła, mięśni lub biegunkę. Objawy te są zwykle łagodne i rozwijają się stopniowo. U większości pacjentów (około 80%) choroba przebiega bez konieczności specjalistycznego leczenia.

Sposoby ograniczenia ryzyka zakażenia się koronawirusem SARS-CoV-2

1. Należy pamiętać o częstym myciu rąk wodą z mydłem co najmniej przez 30 sekund, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60%).
2. Stosować zasady ochrony podczas kichania i kaszlu. Podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – po czym jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce używając mydła i wody lub zdezynfekować je środkami na bazie alkoholu (min. 60%). Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków, w tym wirusów. Jeśli nie przestrzega się tej zasady można łatwo zanieczyścić przedmioty, powierzchnie lub dotykane, np. przy powitaniu, osoby. Wirus ma zdolność do krótkotrwałego przebywania na powierzchniach i przedmiotach jeśli skażone zostały wydzieliną oddechową (w trakcie kaszlu, czy kichania) osób chorych. Istnieje ryzyko przeniesienia wirusa z zanieczyszczonych powierzchni na rękach np. dotykając twarzy lub pocierając oczy.
3. Zachować w kontaktach bezpieczną odległość, co najmniej 1,5 m.
4. Unikać dotykania oczu, nosa i ust: dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być zanieczyszczone wirusem. Dotknięcie oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, może spowodować przeniesienie się wirusa z powierzchni na siebie.
5. Unikanie kontaktu z osobami z gorączką, objawami przeziębienia i grypy.
6. Unikanie dotykania powierzchni w miejscach publicznych np. poręczy, przycisków w windzie, ekranów dotykowych, terminali płatniczych i klamek.
7. Nie witanie się przez podanie ręki lub uścisk.
8. W miarę możliwości trzeba minimalizować obecność stron trzecich i osób postronnych.
9. Przerwy na posiłki powinny być zorganizowane w taki sposób, aby ograniczyć liczbę osób przebywających w tym samym czasie w stolówce, pokoju socjalnym, kuchni, łazience i szatni.
10. Należy zredukować, na tyle ile to możliwe, kontakt fizyczny między pracownikami (np. podczas spotkań i przerw).

Procedura bezpiecznego korzystania z sal (wykładowych, seminaryjnych, auli)

1. Na salę wejść może wyłącznie osoba zdrowa, bez objawów chorobowych sugerujących chorobę zakaźną. Nie mogą wejść osoby które przebywają w domu z osobą odbywającą kwarantannę, albo izolację w warunkach domowych.
2. Czekaając na wejście do sali osoby powinny zachować odstęp minimum 2m od siebie oraz mieć osłonięte usta i nos.
3. Do sali mogą wejść jedynie osoby z osłoną na usta i nos (maseczka jednorazowa lub wielokrotnego użytku, przyłbica w przypadku osób, które ze względów zdrowotnych nie mogą zakrywać ust i nosa maseczką).
4. Osoby o umiarkowanym, albo głębokim stopniu niepełnosprawności lub niesamodzielności, zwolnione są z obowiązku zakrywania ust i nosa.
5. Prowadzący zajęcia zwolnieni są z obowiązku osłony ust i nosa tylko podczas prowadzenia zajęć.
6. Zasada zakrywania ust i nosa powinna obowiązywać wszystkich na terenie całego obiektu. Jeżeli z jakiegoś powodu osłona na usta i nos musi być zdjęta należy przestrzegać bezwzględnie 2 metrowego odstępu od innych osób.
7. Przed wejściem na salę, gdzie odbywają się zajęcia uczestnicy powinni dokładnie umyć ręce wodą z mydłem i zdezynfekować je, lub założyć rękawiczki. Powinni również zapoznać się z podstawowymi informacjami dotyczącymi możliwych sposobów zapobiegania zakażeniu koronawirusem, a także powinno się im udostępnić numery telefonów do stacji sanitarno-epidemiologicznej, najbliższego oddziału zakaźnego, ewentualnie służb medycznych czy infolinii NFZ.
8. Drzwi do sal powinny być wyposażone w tabliczki (dwujęzyczne- w języku polskim i angielskim) informujące o dopuszczalnej liczbie osób mogących uczestniczyć w zajęciach.
9. Miejsca do siedzenia należy zorganizować w taki sposób, aby pomiędzy osobami zachowany był co najmniej 1,5 metrowy odstęp w każdym kierunku.
10. Należy wyraźnie oznaczyć krzesła, których nie można zajmować.
11. Jeżeli zapewnienie odpowiedniej odległości pomiędzy osobami nie jest możliwe ze względu na liczbę studentów, należy podzielić grupy na mniejsze, zapewniające 1.5m odległości między stanowiskami dydaktycznymi lub zapewnić salę odpowiednio większą.
12. Drzwi do sal oraz wszystkie drzwi do pomieszczeń, po których poruszają się studenci powinny być otwarte, w miarę możliwości tak, by osoby wchodzące nie musiały dotykać klamek. Jeżeli ze względów bezpieczeństwa drzwi nie mogą być otwarte, klamki/ uchwyty i powierzchnie, które mogą być dotykane powinny być regularnie dezynfekowane.
13. Jeżeli na korytarzach znajdują się krzesła należy ograniczyć ich liczbę i odpowiednio ustawić tak, aby zachować odległość pomiędzy kolejnymi wynoszącą min. 1.5 m. Gdy nie ma możliwości usunięcia krzesel lub ich rozstawienia, należy uniemożliwić korzystanie poprzez ich odpowiednie oznaczenie.
14. Pomieszczenie sali powinno być regularnie wietrzone, nie rzadziej niż co godzinę.
15. Należy ograniczyć liczbę osób przebywających w jednej łazience (o połowę w stosunku do ilości toalet) oraz wywiesić na drzwiach informację (dwujęzyczną) na temat maksymalnej liczby osób, które mogą znajdować się wewnątrz.
16. Przerwy powinny być zorganizowane w taki sposób, aby ograniczyć liczbę osób przebywających w tym samym czasie w jednym miejscu.
17. Należy redukować, na tyle ile to możliwe, kontakt fizyczny między osobami na sali (np. podczas spotkań i przerw)

18. Należy utrzymać w czystości ciągi komunikacyjne, dezynfekować powierzchnie dotykowe: poręcze, klamki, włączniki światła, uchwyty.
19. Miejsca siedzące i powierzchnie dotykowe należy dezynfekować przed i po każdym korzystaniu z sali.
20. Należy unikać tworzenia się grup osób oczekujących przed salą.
21. Przeprowadzając dezynfekcję, należy ściśle przestrzegać zaleceń producenta środków do dezynfekcji. Ważne jest również ściśle przestrzeganie czasu niezbędnego do wywietrzenia dezynfekowanych pomieszczeń.
22. Prowadzący zajęcia jest odpowiedzialny za zachowanie dyscypliny związanej z ilością uczestników zajęć i prawidłowym zajmowaniem miejsc.
23. W przypadku wprowadzania i znoszenia zaleceń przez Główny Inspektorat Sanitarny oraz właściwe Ministerstwo, należy na bieżąco stosować się do wytycznych podawanych przez wymienione organy.

Postępowanie w przypadku podejrzenia zakażenia u pracownika lub studenta

1. Jeżeli uczestnik zajęć przejawia niepokojące objawy choroby zakaźnej należy niezwłocznie odsunąć go od zajęć, odizolować w przygotowanym do tego odrębnym pomieszczeniu lub wyznaczonym miejscu z zapewnieniem 2m odległości od innych osób.
2. W przypadku, kiedy stan zdrowia nie wymaga pomocy PRM osoba z objawami choroby powinna udać się do domu transportem indywidualnym. Pozostać tam i skorzystać z teleporady medycznej
3. W sytuacji pogarszania się stanu zdrowia osoby należy wezwać pogotowie ratunkowe, celem przewiezienia do najbliższego oddziału zakaźnego, a o zaistniałej sytuacji niezwłocznie poinformować właściwą powiatową stację sanitarno-epidemiologiczną, która przeprowadzi wstępny wywiad epidemiologiczny.
4. Pomieszczenie i obszar w którym poruszała się osoba należy poddać gruntownemu sprzątnięciu i dezynfekcji (z uwzględnieniem powierzchni dotykowych klamki, poręcze, uchwyty) zgodnie z funkcjonującymi procedurami.
5. Należy sporządzić listę osób przebywających w tym samym czasie w części/ częściach obiektu, w których przebywała osoba podejrzana o zakażenie, co będzie pomocne w prowadzeniu dochodzenia epidemiologicznego przez Państwową Inspekcję Sanitarną.

Powyższą instrukcję opracowano na podstawie dokumentu pt. „Środowiskowe wytyczne w związku z częściowym przywracaniem działalności uczelni” z dnia 12.05.2020 r., zaleceń Głównego Inspektoratu Sanitarnego oraz wytycznych zawartych w Rozporządzeniu Rady Ministrów z dnia 29.05.2020 r. w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku wystąpieniem stanu epidemii. W przypadku wprowadzania i znoszenia zaleceń przez Główny Inspektorat Sanitarny oraz właściwe Ministerstwo, należy na bieżąco stosować się do wytycznych podawanych przez wymienione organy.

OPRACOWAŁ:
KIEROWNIK OBIEKTU

mgr Magdalena Reszka

ZAOPINIOWAŁ:
SPECJALISTA ds. BHP

Roman Przyborowski

ZATWIERDZIŁ:
.....