



Laneko arriskuen prebentziorako neurriak EAEko ikastetxeetan COVID 19rekiko esposizio arriskuaren aurrean.

Enpresa: Hezkuntza Saila.

Lantokia: Unibertsitateaz kanpoko ikastetxe publikoak.

Data: 2020/05/07.

AURKIBIDEA

1. EGOERAREN DESKRIBAPENA

2. LANGILEENTZAKO PREBENTZIO-NEURRIAK

3. BEREZIKI SENTIKORRAK DIREN LANGILEEN BALORAZIOA

4. SINTOMAK DITUEN LANGILEAK EDO KASU BATEKIKO KONTAKTU ESTUA

5. SEGURTASUN- DISTANTZIA

6. BABES EKIPIAMENDUAK NBE

7. INSTALAZIOAK ETA EKIPOAK GARBITZEA

8. HONDAKINEN KUDEAKETA

9. NEURRI OSAGARRIAK

10. ONDORIOAK

11. ERANSKINAK

ESKULARRUAK

MASKARAK

ESKUAK GARBITZEA

SEGURTASUN-DISTANTZIA

1. Egoeraren deskribapena

Lan-arriskuen prebentziorako neurriei buruzko dokumentu honen helburua da unibertsitateaz kanpoko ikastetxeetan erabilgarria izatea COVID 19arekin izan daitekeen esposizioaren arriskua murrizteko.

Egoera horren iraupena osasun-alarma amaitu arte luzatuko da. 2019/20 ikasturteko une honetan hainbat egoera ditugu:

 Pandemiaren **1. egoera:** Alarma egoeraren hasieran: telelana langile gehienentzat, funtsezko jarduerak izan ezik (kudeaketa, familientzako arreta, premiazko konponketak, hornitzaileak, etab.), Laneko Arriskuen Prebentziorako Zerbitzuak honako hauen kudeaketa eta jarraipena egiten du:

1. **497 kontigentzia-plan**, EAEko unibertsitateaz kanpoko ikastetxe publikoek eta irakaskuntzari laguntzeko zerbitzuek 2020ko maiatzaren 4tik 10era bitarteko asterako prestatutako eta bidalitakoak, horretarako prestatutako inprimakiaren bidez: <https://forms.gle/6mA2pvfGrzZqgcQS7>.
2. Halaber, ikastetxeetako aurrez aurreko langileen asteroko erregistroa, jarduerak eta lanean kutsatzea prebenitzeko neurri eta prozedura egokiak.

Egoera berriak:

Maiatzaren 5ean jakinarazi zen 2020-2021 ikasturterako Batxilergoan ikasleak onartzeko prozesua berriz hasiko zela eta DBHko graduatu-titulua lortzeko proba libreak egingo zirela.

 Pandemiaren **2. egoera. Matrikulazio telematiko eta presentzialerako arreta.** Tresna telematikoen erabilera sustatuko da.

Maiatzaren 7an jakinarazi zen ikastetxeetan aurrez aurreko lanera itzuliko zela hezkuntza-maila jakin batzuetan.

 Pandemiaren **3. egoera: aurrez aurreko eskolak ematea DBHko 4. mailako, Batxilergoko eta Lanbide Heziketako ikasleei;** hori dela eta, Laneko Arriskuen Prebentzio Zerbitzuak (LAPZ) honako irizpide hauek finkatu eta egokitu behar ditu, SARS-CoV-2rekiko esposizio arriskua murrizteko, *osasun- eta lan-arloko* agintarien jarraibideak kontuan hartuta.

 Pandemiaren **4. egoera:** ezagutzak ebaluatzeko probak maila hauetan:

- DBH
- Batxilergoa
- Lanbide Heziketa
- Hizkuntzak: EOI

Komunitatean kutsatzeko arriskua minimizatzeko, Hezkuntza Sailak eta ikastetxe bakoitzeko zuzendaritzak prebentzio-neurri espezifiko nahikoak bermatu beharko dituzte COVID 19 pandemia-egoeran ohiko lana egiteko, Osasun Sailaren jarraibideei jarraituz, Laneko Arriskuen Prebentziorako Zerbitzuaren aholkularitzarekin.

Zuzendaritza-taldea arduratuko da ikastetxean COVID 19 patologiarekin lotuta ager daitezkeen kasu guztien berri emateaz Hezkuntza Saileko Prebentzio Zerbitzuari, bai eta egon daitezkeen kontaktuen berri emateaz ere: prebentziohezkuntza@euskadi.eus

Dokumentu honetan jasotako neurri guztiak Hezkuntza Sailaren mendeko ikastetxeetako langile guztiei aplikatuko zaizkie.

2. Langileentzako prebentzio-neurri orokorrak

1.-	Prebentzioak neurri kolektiboak erabiltzea lehenesten du, banakako babesaren aldean; ahalik eta pertsona gutxien esposiziopean eta, ahal bada, esposizio-denbora murriztuz.
2.-	Bereziki sentikorrak diren langileak, Laneko Arriskuen Prebentziorako Zerbitzuaren irizpidearen arabera, ez dira joango aurrez aurreko lanak egitera, aldez aurretik eskatuta. Telelana kutsatzea gutxitzeko egoerarik egokiena da.
3.-	Eutsi arnas etiketari
4.	Doministiku egin, edo kutsatutako gainazalak ukitu ondoren, eskuak garbitzeko higieena edo hidrogela erabili
5.-	Paperezko zapiak erabili eta zakarrontzi itxietara bota.
6.-	Saihestu begiak, ahoa eta sudurra ukitzea
7.-	Mantendu 2 m-ko distantzia pertsona guztiekin
8.-	Saihestu beste langile batzuen ekipoak eta gailuak partekatzea
9.-	Utzi garbi lan-eremua, garbiketa errazteko.
10.-	Instalazioen garbiketa.

Beharrezkoa den jarduera guztietan, arriskuaren aurrean segurtasun-maila handituko da banakako neurrien bidez; langileen eskura jarriko dira: gel hidro-alkoholkoa eta paperezko zapiak banagailuetan, maskarak eta, behar izanez gero, eskularruak, mantalak edo buzoak kasu berezietan.

3. Bereziki sentikorrak diren langileen balorazioa

Laneko Arriskuen Prebentzio Zerbitzuko (LAPZ) lan-osasuneko langileak arduratzen dira arriskuarekiko bereziki sentikorra den langilearen egoera ebaluatzeaz, Covid-19rako esposizioaren aurrean Laneko Arriskuen Prebentzioko Zerbitzuek jarduteko duten prozedurarekin bat etorriz (2020ko apirilaren 30a). Horretarako, ezinbestekoa da arriskua baloratzea, benetako lan-egoerari eta prebentzio-neurriei dagokienez.

Langileak bere familia-medikuaren edo espezialisten txostenak aurkeztuko ditu, patologia kronikoa edo Covid-19rako sentikortasuna egiaztatzen dutenak.

Hezkuntza Saileko langileek posta elektronikoz bidaliko dute helbide honetara: espedientiohezkuntza@euskadi.eus.

Administrazio orokorreko edo azpikontrataturako langileek, dagokien prebentzio-zerbitzura jo beharko dute.

4. Langile sintomatikoa edo kasu batekiko kontaktu estua

Langileak lanaldian Covid-19rekin bateragarriak diren sintomak baditu:

1. Maskara kirurgikoa jarriko du
2. Bere egoeraren berri emango dio zuzendaritzari
3. Ikastetxea utzi eta etxera joango da
4. Familia-medikuari deituko dio telefonoz, eta haren jarraibideak beteko ditu.
5. Zuzendaritza-taldea arduratuko da Hezkuntza Saileko prebentzio-zerbitzuari gorabehera guztien eta Covid 19 kasuaren berri emateaz, bai eta kasu bakoitzean ikastetxean izan ahal ziren kontaktuen berri emateaz ere.

Ikastetxera itzultzea edo hitzordua izatea jakinarazten denean ohartaraziko da honako sintoma hauek dituen inork ez duela joan behar: sukarra, eztula, aire-gabeziaren sentsazioa eta ondoez orokorra.

5. Segurtasun distantzia

Ikastetxeko gela bakoitzaren gehieneko edukiera kalkulatu eta egokitu egingo da, pertsona bakoitzak segurtasun-distantzia bat izan dezan. Pertsonen arteko harremanek 2 m-ko distantziarekin izan behar dute beti; ezin bada, maskarak eta eskularruak norbera babesteko ekipamenduen erabilerarekin konbinatu behar da.

Sartzeko eta irteteko ordutegiak ezartzea, pertsonen sarbide mailakatuarekin eta gune komunak erabiltzeko txandak ezarri.

A) Ikastetxeetan sartzekoan egingo den kontrola

- ✓ Ikastetxera sartzeko eta handik irteteko segurtasun-distantzia mantendu behar dela jakinaraziko da.

- ✓ Lurrean lerroak markatuko dira, ahal denean, distantziak ezartzeko, ikastetxera sartzeko ilara gorde behar bada.
- ✓ Ordutegi bereziak ezarriko dira langileak, ikasleak eta jendea sartzeko, eta, ahal bada, eraikinerako sartzeko hainbat eremu ere bai.
- ✓ Ikastetxeetan dauden ordenantzei jarraibideak emango zaizkie langile-pilaketak eta hurbilketak saihesteko.
- ✓ Ikastetxe jakin batean atezaintza-zerbitzurik ez badago, pertsona bat ezarriko da sarrera eta irteera kontrolatzeko jende gehien dagoen orduetan eta jendearen presentzia dagoen orduetan.
- ✓ Gelak edo soluzio hidroalkoholikoak banatzeko gailuak jarriko dira ikastetxeetako sarbideetan, bertara sartuko diren pertsonak eskuak higieniza ditzaten instalazioak ukitu aurretik.
- ✓ Ikastetxeko elementu guztiak lanaldia amaitzean garbitzen dira; beraz, ikastetxera eskuak higienizatu gabe sartzeko eremu garbiak kutsatzeko arriskua areagotzen du.
- ✓ Eskularruak daramatzaten pertsonak, modu egokian kendu, ikastetxera sartzeko propio jarritako tapa duten edukiontzietan bota eta, ondoren, eskura jarritako soluzio edo gela hidro-alkoholikoak erabiliko dituzte.

B) Lan-espazioak berrikustea: ikasgelak, tailerrak....lan-espazioen banaketa

Geletan ikasleen zenbatekoa zehaztea.

Gehienez ere 15 ikasleko taldeak egitea planteatzen da, eta pertsonen arteko distantzia 2 m-koa izango da etengabe; hori ezinezkoa balitz, nahitaezkoa izango da maskarak erabiltzea.

Patioak eta jolas-orduak

Segurtasun-tartea denbora libre osoan gordeko da, eta saihestu egingo da ikastetxean janaria egitea, edari-botilak partekatzea eta ikastetxe barruan erretzea. Ikastetxeak bermatuko du arauak betetzen direla.

Gimnasioa eta kirol-eskola

Kirol instalazioak itxita egongo dira.

Tailerrak

Babes-neurriak baloratuko dira tailer bakoitzeko jardueren arabera, betiere 2 metro baino gutxiagoko distantzia denean zereginak partekatzea saihestuz eta tailerraren garbitasuna eta erauzketa-neurriak areagotuz. Ikastetxe bakoitzean balorazio bat behar dute, prebentzio-teknikari batek aholkatuta, espezialitate eta zeregin bakoitzean, COVID 19en egoera barne.

Pasabideen erabilera.

Segurtasun-distantzia korridoreetan, eskaileretan, atarietan, etab. Behar-beharrezkoak diren desplazamenduak soilik egin behar dira lantokian, lankideekin hitz egin gabe eta talderik osatu gabe; nahikoa izango da urrutiko agurrarekin eta hurbilketarik gabe.

Langileen artean sor daitezkeen kontsultak edo zalantzak, ahal dela, bide telematikoz edo telefonoz argituko dira, joan-etorriak ahalik eta gehien murrizteko.

Zirkuitu seinaleztatuak proposatzea, ahal bada.

Komunen erabilera.

1. Segurtasun-tartea mantenduko da komunetan; beraz, ezarritako distantzia mantendu dezaketen pertsonak bakarrik erabili ahalko dituzte.

2. Komunean zenbat pertsona dauden jakiteko sistemak ezarri beharko dira, hala nola atea irekita uztea (komun bat baino gehiago daudenean) edo okupazio-kartelak edo okupazio-seinaleak ezartzea, etab.

3. Estalkia itxita dagoela botako da katetik.

4. Komunetik irten baino lehen, erabili duenak eskuak garbituko ditu, eta iturria ireki eta itxiko du papera erabiliz.

Aldagelak eta dutexak erabiltzea.

Aldageletan distantzia errespetatu beharko da; beraz, behar den kasuetan, erabiltzeko txandak eta okupazio-seinaleak ezarri beharko dira. Komeni da eskuak garbitzea aldagelara sartzean eta handik irtetean, eta ordena eta garbitasuna mantentzea.

Dutxetan distantziak hertsiki gorde beharko dira; izan ere, ezin dira maskara eta ur-oinetakoak eraman; saihestu behar da gainazalak ukitzea, eta xaboiak eta beste produktu edo tresna batzuk partekatzea. Maiz garbituko dira.

Igogailu eta eskaileren erabilera.

A. pertsona bakarra joan ahal izango da igogailuan; sartzen denak laguntza behar badu, bi maskaradun joan ahal izango dira. Salbuespen gisa erabiliko da eta, eta botoiak sakatuko dira paperezko zapiekin; erabiltzaileak igogailutik irten ondoren baztertuko ditu.

B. Eskailerak igotzean, gomendatzen da aurretik igotzen ari den pertsonarekin lau maila inguru uztea eta eskubanda ez ukitzea.

C. Eskailera jaisten den pertsona batekin gurutzatzean, nahikoa da keinu bat egitea agurtzeko, eta eskaileretan ez gelditzea hitz egiteko edo galdetzeko. Nahikoa da keinua egitea, eskaileretan segurtasun-distantzia mantentzea konplexuagoa izan baitaiteke.

Kafe, edari eta janari-guneak erabiltzea.

Ez dago aurreikusita janaria banatzea edo jantokiak irekitzea 1. fase honetan

1. Produktua erosteko ezinebestekoa den denbora soilik hartuko da eremu horietan. Ezin da talderik sortu, eta irizpide orokorra da produktua hartu eta lanpostura itzultzea; nolanahi ere, produktua lortzeko zain egon daitezkeen pertsonen segurtasun-distantzia mantenduko dute.
2. Kafe-makinara joan aurretik eta erabili ondoren gomendatzen da eskuak garbitzea, eta botoiak sakatzeari edo gainerako zatiak ukitzeari dagokionez, gomendatzen da erabili eta botatzeko zapi bat erabiltzea.
3. Lanpostua behar-beharrezkoa den kasuetan bakarrik utziko da, ikastetxeko beste eremu batera joateko (zerbitzu medikoa, garajeak, beste etapa edo mintegi batzuetako espazioak, etab.) eta beste eremu horretara joan behar bada, eskuak aldez aurretik garbitu behar dira.

6 Babes ekipamenduak NBE

1. Kutsatzeko arriskuak mugatze aldera, ikastetxetara zeregin desberdinetarako joan behar duten pertsonen (zuzendariak, administrariak, lan-kontratadunak, garbitzaileak) pertsonen arteko bi metroko distantzia gorde ezin dutenean, maskara kirurgikoa erabili beharko dute. Maskarek UNE-EN 14683:2019 araua bete beharko dute. Mota horretako maskarak pertsona guztiek erabili behar dituzte eta 4 orduko erabilera dute.
2. Prozesu horretan dokumentazio asko darabilten administrazio-langileek eskularruak izan beharko dituzte eskura, beren zereginak betetzean. Zerbitzuetako langileen kasuan, beren lanpostuko arriskuen ebaluazioan jasotako NBEak erabiliko dituzte. Gainerako langileek bezala, ezin bada bermatu 2 metroko distantzia soziala, maskara erabiltzea gomendatzen da.
3. Babes-eskularruek UNE-EN ISO 374.5 araua bete behar dute. Eskasia edo zailtasunen bat izanez gero, UNE-EN ISO 374.1 araua betetzen duten eskularruak ere erabil daitezke, eta, azkenik, binilozko eskularru bikoitzak. Oro har, erabili eta botatzeko modukoa izan behar dute.
4. Babes-ekipamenduak esposizioa eragin dezakeen edozein jarduerari ekin aurretik jarri behar dira, eta esposizio-eremutik kanpo egon ondoren bakarrik kendu behar dira. Saihestu egin behar da babes-ekipoak kutsadura-iturri izatea; adibidez, inguruneko gainazalen gainean utzi behar dira, kendu ondoren.

7. Instalazioak eta ekipoak garbitzea

1. Garbiketa zehatza erabilitako espazioetan bakarrik egingo da. Garbiketako langileak ikastetxean egotea ezinbestekoa izango da hori egiteko. Garbiketa-protokoloa, webgunean.

2. Maiz ukitzen diren gainazalak, komunetako gainazalak eta komuna erabili eta botatzeko materialarekin garbitu beharko dira, eta egunero desinfektatu. (Adibidez: 10:100 diluzioko lixiba duen etxeko desinfektatzaile batekin (10 zati lixiba eta 90 zati ur), erabiliko den egun berean prestatua. Litro bat diluzio lortzeko, 100 ml lixiba eta 900 ml ur nahastu beharko dira. Egunean soberan geratzen den kopurua bota egingo da.

3. Auto-itxierako poltsak jarri beharko dira paperontzietan, gaitutako erabilera-esparruan, eta, bereziki, komunetan. Poltsa horiek kentzerakoan, garbiketako langileek honako hauek egin beharko dituzte:

- Maskara eta eskularruak izatea.
- Langileek eta ikasleek jakin beharko dute kutsatuak izan daitezkeen norbera babesteko ekipamenduak pedal-paperontzien bidez kentzeko prestatutako eremuei buruz, eta ondoren, hondakina kudeatu.
- Auto-itxiera doitu eta poltsa itxi.
- Hiri-hondakin solidoen edukiontzira bota.

4. Instalazioetan aldian-aldian **aireztatze-lanak** egin behar dira, gutxienez egunero, eta, ahal dela, lanaldian hainbat aldiz.

5. Klimatizazio-sistemak izanez gero, komeni da aire-iragazkien garbiketa indartzea.

6. Komeni da gela guztien **garbiketa indartzea**, bereziki funtsezko jardueretan erabili diren gainazalean, batez ere maizen ukitzen direnak, hala nola izuaren aurkako barrak, leihoak, ateen heldulekuak, etengailuak edo sakagailuak, igogailuaren botoiak, barandak, eskubandak edo langileek maiz erabiltzen dituzten gailuak, hala nola, mahaiak, ordenagailuak, saguak, telefonoak eta inprimagailuak.

7. **Ohiko detergenteak** nahikoak dira, baina lixiba edo bestelako produktu desinfektatzaileak ere sar daitezke garbiketa-errutinetan, betiere segurtasun-baldintzetan.

8. Lan egiteko tresnak eta materialak partekatzea saihestu beharko da, batzuk pertsona anitzek erabiltzekoak badira, erabilera bakoitzaren ondoren garbitu beharko dira: telefonoa, fotokopiagailua, etab.

8. Hondakinen kudeaketa

1. **Hondakin arrunten kudeaketa** ohiko moduan egiten jarraituko da, hondakinak bereizteko protokoloak errespetatuz.
2. Gomendagarria da langileek eskuak lehertzeko edo "arnas etiketa" betetzeko erabiltzen dituzten erabili eta botatzeko zapiak **taparekin babestuta dauden paperontzietan edo ontzietan botatzea, eta, ahal dela, pedala duten paperontziak erabiliko dira.**
3. **Higiene pertsonaleko material oro** (maskarak, eskularruak, etab.) gainerakoen frakzioan utzi behar da (bereizitako bilketak egin ondoren lortzen den etxeko hondakinen multzoa).
4. **Langile batek sintomak baditu** bere lanpostuan dagoen bitartean, zapiak edo erabilitako beste produktu batzuk utzi dituen edukiontzia isolatu beharko da. Zabor-poltsa hori atera eta bigarren zabor-poltsa batean jarri beharko da, itxierarekin, gainerakoen frakzioan uzteko. Kontuz ibili behar da hondakinak eskuz ez ukitzeko eta poltsak ixtean aerosolak sortzea saihesteko.

9. Neurri osagarriak

Beharrezkoa da ikastetxean honako hauei buruzko **informazio-kartelak** ipintzea:

- Eskuen higiene egokia eta arnas higiena (eztul eta doministiku egiteko modua).
- Gutxienez 2 metroko segurtasun-distantzia
- Transmisioa murriztu, kontaktuak saihestu
- NBEak jartzea.

10. Ondorioak

Dokumentu hau ez da kontingentzia-plan bat, lantalde bakoitzari langileen osasuna babesteko ezar ditzakegun ekintzen katalogoa gogorarazten dion tresna bat baizik, lanpostu bakoitzaren arriskuei une honetan arrisku biologiko komunitario baten eraginpean egotea gehitzen zaion egoera batean.

Ikastetxe bakoitzak kontingentzia-plan bat izan behar du. Plan horrek, egin beharreko lanak, esposizioan dauden pertsonak, esposizio-arriskua murrizteko neurriak eta egoera bakoitzaren esposizio biologikoaren arrisku-maila baloratuta, aukera ematen du arrisku hori minimizatzeko neurri egokiak ezartzeko eta krisiaren eraginkortasuna eta bilakaera ebaluatzeko.

Lan-arriskuen prebentziorako zerbitzuak aholkularitza eta laguntza emango die ikastetxeei kontingentzia-planen jarraipena eta ebaluazioa egiteko.

Kontingentzia planak izan beharko du:

Pertsonalizatua. Krisiaren errealitatera egokitu behar du lantoki bakoitzean. Ezin dira formula unibertsalak ezarri.

Argia: oso erraz asimilatzekoa guztiontzat.

Sinplea: oso erraza, beharrezkoak ez diren konplexutasunik gabe.

Egingarria: eskura dauden baliabideekin egin daitezkeen proposamenekin.

Aplikatzeko azkarra.

Jarraitu beharreko bidea ahalik eta argien eta sinpleen adieraziko duten antolaketa-, informazio-, teknika- eta giza neurriak edo jarduerak jaso behar ditu.

Prebentziozkoa: krisi-arriskuak saihesten edo mugatzen saiatzeko.

Larrialdikoa: krisia hasi ostean, ondorio negatiboak murrizteko.

Konpontzaileak: normaltasunera itzultzea errazteko.

 Euskal Autonomia Erkidegoko Ikastetxeetarako gomendioak, neurriak eta jardun-arauak, Covid-10 kasuak agertuz gero:

https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/koronavirusa_coronavirus/eu_def/adjuntos/HEZKUNTZA_manejo_de_COVID_19_e.pdf

https://www.euskadi.eus/contenidos/documentacion/doc_sosa_protoc_colegios/es_def/adjuntos/5-Colegios-manejo-de-COVID-19_FINAL.PDF

 Hezkuntza Saileko lantokietan garbiketa egiteko jarraibideak:

https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/spri_covid_19/eu_def/adjuntos/protocolo_tareas_limpieza_y_desinfeccion_en_centros_educativos_cocina_e.pdf

Oharra: Kartelak eransten dira, inprimatzeko eta eremu amankomunetan jartzeko

Vitoria-Gasteizen, 2020ko maiatzaren 7an.



AMPARO BETEGÓN HERNANDO.
Lan Arriskuen Prebentzio Zerbitzuaren arduraduna.
Hezkuntza Saila.

TRANSMISIOA MURRIZTU KONTAKTUAK SAIHESTU

1

Garbitu eskuak

Baldin eta objektuak edo ukipen-gainazalak ukitzen badituzu

2

Mantendu segurtasun-distantzia (2 metro)

Ez izan kontakturik eta hurbiltasunik bizi ez zarenekin

3

Saihestu azalera komunak ukitzea. Egiten baduzu, garbitu eskuak

(Heldulekuak, etengailuak, dirua, barandak, igogailu-botoiak)

4

Saihestu leku publiko itxiak

Segurtasun-distantzia ezin baduzu mantendu, erabili maskara

5

Etxera iristen zarenean, garbitu kutsatuta egon daitekeena

(Erosketak, giltzak, txanponak, mugikorra, betaurrekoak, arropa)

6

Kontuz ibili arrisku-taldekoa bazara

Haurdunak, adinekoak, gaixotasun kronikoak dituzten pertsonak, immunodeprimituak)

SEGURTASUN-DISTANTZIAKO PREBENTZIO-NEURRIAK, COVID-19

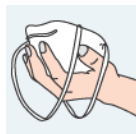
- Espazio bakoitzeko gehieneko edukiera kalkulatzeko (lantokiko gelak, eremu komunak, komunak, pasilloak, aldagelak, etab.)
- Lantokira sartzeko eta irteteko ordutegiak ezartzea, sarbide mailakatua izateko.
- Ahal denean, sarrerako eta irteerako ate independenteak erabiltzea.
- Eremu komun horien erabilera mailakatua sustatzea.
- Ahal denean, lehentasuna ematea eskailerak erabiltzeari igogailuaren ordeez.
- Zirkulazioaren noranzkoak zehaztea eta seinaleztatzea pasilloetan, dimentsioek noranzko bakarra ezartzen eta seinaleztatzen uzten ez dutenean.
- Bezeroak establezimenduko eremu jakin batean kontzentratzea saihestea, bi metroko distantziari eutsi gabe.
- Lanpostu estatikoetan, eta jarduera-motak horretarako aukera ematen duenean, bi metroko distantzia seinaleztatu edo mugatu ahal izango da, langileak bere lana egin bitartean izan dezakeen edozein puntutatik distantzia mantentzeko moduan.
- Lanpostu dinamikoetan, jarduerak distantzia seinaleztatzea edo mugatzea ahalbidetzen ez duenean, antolaketa-neurriak hartzea baloratuko da (eremu berean sartzeko diren langileen kopurua murriztea, langile bakoitzari eremu espezifikoak esleitzea edo jarduera edo langile bakoitzari ordutegi espezifikoak esleitzea).
- Barneko zirkulazio-bideak edo jarraitu beharreko ibilbideak seinaleztatzea, segurtasun-distantzia kontuan hartuta.
- Aipatutako neurri horiek guztiak posible ez badira edo eraginkorrak ez badira, hainbat oztopo fisiko ipini ahal izango dira. Oztopo horien gomendatutako altuera bi metrokoa izango da eta materiala izango da plastiko gogor zurruna, kristala, metakrilatoa, plastiko gogor malgua, garbitzeko edo desinfektatzeko erraza.
- Oztopo fisiko horiek lan-eremuetan nahiz eremu komunetan edo zirkulazio-bideetan ipini ahal izango dira.
- Oztopo fisiko horiek jartzeak ez ditu oztopatu behar larrialdi-kasuetarako ezarritako ebakuazio-bideak. Bide horiek aldatzeko beste aukerarik ez badago, langileei jakinarazi beharko zaie.

NOLA JARRI, ERABILI, KENDU ETA BOTA ERABILERA BAKARREKO MASKARA BAT

Maskara jarri



1. Maskara ukitu aurretik, eskuak eta aurpegia garbitu.



2. Hartu maskara esku batekin eusteko zinta elastikoak libre utziz. Maskararen goiko ertza, klipa duen aldea, goruntz jarri.



3. Maskara jarri sudurra eta ahoaren gainean. Koloretsuena den maskararen aldea kanpoalderuntz egon behar da.



4. Beste eskuarekin, zinta elastikoak belarrien atzean kokatu. Sudurrerako klipa sudurraren formara egokitu.



5. Ahoa ondo estaltzeko eta kokotsan ondo moldatzeko, maskararen beheko ertzetik tira egin.



6. Airea hartzen duzunean maskara barrura sartu behar da pixkatxo bat. Airea botatzen duzunean ez duzu sentitu behar aireak ihes egiten duenik. **Ez ukitu eta ez kendu maskara erabili bitartean.**

Maskara bota eta kendu



1. Bi eskuak erabiliz eta maskara ukitu gabe, belarrien atzeko zinta elastikoak kendu. Maskarak ez du ezer ukitu behar, ez aurpegia, ez arropa.



2. Kendu eta berehala, bota maskara horretarako jarritako edukiontzi batean.



3. Maskara bota ondoren, eskuak garbitu ur eta xaboiarekin edo desinfektatzaila batekin

Zer ez duzu egin behar



Ez ukitu maskararen aurrekaldea



Ez eraman maskara zintzilik

Ez ukitu eta ez kendu maskara erabili bitartean

KORONABIRUSA

NOIZ ETA NOLA ERABILI MASKARA?



1 LEKU ITXIETAN, EZIN
BADUZU MANTENDU 2m-ko
DISTANTZIA.



2 GARBITU ESKUAK
ERABILI AURRETIK ETA
ONDoren.



3 ONDO ESTALI AHOA
ETA SUDURRA,
AURPEGIAREN ETA
MASKARAREN ARTEKO
TARTERIK GABE.



4 KENDU
EZAZU
BELARRIETAKO
KORDELETATIK
HASITA.



5 ALDATU HEZE
DAGOENEAN
EDO HONDATZEN
DENEAN.



6 BERRERABILGARRIA
BADA, GORDE
EZAZU POLTSA
ITXI BATEN.



7 EZ UKITU
AURREALDEA.
EGITEN
BADUZU,
GARBITU
ESKUAK.



Garrantzitsua da eskularruak modu egokian kentzea, elementuak langilea ez kutsatzeko, jarraian horiek kentzeko teknika azaltzen da:



Imurtxi egin lehenengo eskularruaren kanpotik



Kendu eskularruaren barruko aldea ukitu gabe



Kendu eskularrua guztiz



Jaso lehenengo eskularrua beste eskuarekin



Kendu bigarren eskularrua atzamarrak barrutik sartuz



Kendu eskularrua kanpoko aldea ukitu gabe



Bota bi eskularruak dagokien edukiontzian

Mójese las manos y
deposite en las
palmas jabón líquido...



Eskuak busti eta
esku-barrenetan
xaboi likidoa jarri ...

Frótese las palmas
de las manos entre
sí y entrelazando los
dedos



Esku-barrenak bata
bestearekin igurtzi,
atzamarrek gurutzatuz.

Frótese cada palma contra
el dorso de la otra mano,
entrelazando los dedos.



Esku-barren bakoitza
beste esku-gainarekin
igurtzi, atzamarrek
gurutzatuz.

Frótese las puntas de los dedos...



Atzamar-muturrak
igurtzi...

Alrededor de los pulgares...



Hatz lodien inguruak ere bai...

Y las muñecas...



Baita eskumuturrak ere...

Enjuáguese las
manos con agua y
séquelas con una
toalla de un solo
uso



Xaboa urarekin
kendu eta eskuak
erabilera bakarreko
eskuoihalarekin
lehortu.