

**پروتکل بهداشتی مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس)
فاصله گذاری و الزامات سلامت محیط و کار در استخرهای شنا
(مدیریت هوشمند محدودیت ها)**



فهرست

- ۲ مقدمه
- ۲ دامنه کاربرد
- ۲ الزامات فعالیت در پاندمی کرونا
- ۳ ماده (۳) رعایت بهداشت فردی
- ۵ ماده (۴) فاصله‌گذاری
- ۶ ماده (۵) غربال‌گری، مراقبت و بازتوانی
- ۶ ۵-۱ غربال‌گری شاغلین در همه‌گیری کووید-۱۹
- ۶ ۵-۲ مراقبت از گروه‌های آسیب‌پذیر
- ۷ ۵-۳ بازتوانی در شاغلین با سابقه کووید-۱۹
- ۷ ماده (۶) بهداشت مواد غذایی (در صورت فعال بودن مراکز و واحدهای تهیه و عرضه مواد غذایی)
- ۸ ماده (۷) بهداشت ابزار و تجهیزات
- ۸ ماده (۸) نظافت و گندزایی
- ۱۰ ماده (۹) بهداشت ساختمان
- ۱۰ ماده (۱۰) تهویه
- ۱۱ ماده (۱۱) آموزش بهداشت
- ۱۴ پیوست ۱: روش درست شستشوی دست‌ها
- ۱۶ پیوست ۲: نکات مهم در پیشگیری از کرونا ویروس

مقدمه

طرح مدیریت هوشمند بر اساس روند رو به رشد واکسیناسیون عمومی برنامه ریزی شده و بر اساس این طرح فعالیت های شغلی در شرایط پاندمی کرونا در صورت رعایت پروتکل های بهداشتی و انجام واکسیناسیون می تواند ادامه یابد. با توجه به شیوع نوع دلتا و انواع سوش های دیگر، شدت و سرعت انتقال ویروس بیشتر شده لذا علاوه بر پوشش مناسب واکسیناسیون جامعه، رعایت فاصله مناسب، استفاده مستمر از ماسک در اماکن عمومی و به ویژه در فضاهای بسته، ضدعفونی دست و گندزدایی محیط و سطوح مشترک، کنترل تهویه مناسب در محیط های بسته در اولویت می باشد. از این رو این راهنما بر اساس مدیریت هوشمند کرونا برای استخرهای شنا (سرپوشیده و روباز) تدوین گردیده و بدیهی است در صورت عدم رعایت این دستورالعمل فعالیت واحد متوقف خواهد گردید.

دامنه کاربرد

این راهنما جهت پیشگیری و کنترل کووید-۱۹ (کرونا ویروس) برای مدیران، مربیان، ورزشکاران و مراجعین استخرهای شنا بوده و سایر قوانین، آیین نامه ها، مقررات، دستورالعمل های مرتبط با بهداشت محیط و بهداشت حرفه ای به قوت خود باقی است.

الزامات فعالیت در پاندمی کرونا

ماده (۱) واکسیناسیون

- ۱-۱ همه کارکنان مراکز مشمول این دستورالعمل اعم از دائم، موقت، پاره وقت و فصلی یا افرادی که تازه استخدام شده اند قبل از شروع به کار باید نسبت به تزریق واکسن کرونا اقدام نمایند.
- ۱-۲ در این مراکز در صورتی مشتریان مشمول واکسیناسیون می توانند از خدمات مراکز مذکور استفاده نمایند که نسبت به تزریق واکسن کرونا که دو هفته از تاریخ آخرین دز آن نیز گذشته باشد، اقدام نموده و دارای کارت واکسن و یا ثبت اطلاعات در سامانه واکسیناسیون باشد.
- ۱-۳ مدیران، متصدیان، مسئولان این مراکز موظفند در قسمت ورودی مراکز مذکور نسبت به کنترل وضعیت واکسیناسیون مشتریان از طریق سامانه ها و اپلیکیشن های اعلامی وزارت بهداشت اقدام نمایند.

ماده (۲) عدم ابتلا به کرونا در زمان ارائه خدمات

- ۲-۱ کارکنان چنانچه مبتلا به بیماری کرونا شوند فقط پس از طی شدن دوره قرنطینه بیماری یا همراه داشتن گواهی پزشک می‌توانند مشغول به کار شوند.
 - ۲-۲ صحت‌سنجی کارت واکسن و یا عدم ابتلا به کرونا در زمان فعالیت، توسط ناظران از طریق سامانه‌های موجود و در اختیار انجام می‌گردد.
 - ۲-۳ در این مراکز که در صورتی مشتریان می‌توانند از خدمات مراکز مذکور در محل استفاده نمایند که مبتلا به بیماری کرونا یا در دوره قرنطینه بیماری کرونا نباشد.
 - ۲-۴ مدیران، متصدیان، مسئولان این مراکز موظفند در قسمت ورودی مراکز مذکور نسبت به کنترل وضعیت عدم ابتلا به بیماری مشتریان از طریق سامانه‌های اعلامی وزارت بهداشت اقدام نمایند.
- تبصره:** مشتریان مبتلا به کرونا پس از سپری شدن دوران نقاهت و قرنطینه بیماری می‌توانند از خدمات این مراکز استفاده نمایند

ماده (۳) رعایت بهداشت فردی

۳-۱ ماسک

- ۳-۱-۱ کلیه کارکنان مراکز موظفند در محل کار از ماسک استفاده نمایند و فقط در زمان خوردن و آشامیدن به شرط رعایت فاصله فیزیکی عدم استفاده از ماسک بلامانع است.
- تبصره:** در صورت عدم امکان رعایت فاصله، خوردن و آشامیدن ممنوع و باید از برداشتن ماسک اجتناب گردد.
- ۳-۱-۲ مدیران، متصدیان و مسئولان مراکز موظفند از ورود مشتریان بدون ماسک ممانعت بعمل آورند.

۳-۲ بهداشت دست

- ۳-۲-۱ در حین کار از تماس دست با چشم، بینی، گوش، دهان و ماسکی روی صورت، خودداری گردد.
 - ۳-۲-۲ از دست دادن و رو بوسی کردن با یکدیگر پرهیز شود.
 - ۳-۲-۳ کارکنان باید به صورت مکرر و در موارد زیر دست‌ها را مطابق راهنمای شستشوی دست با آب و صابون مایع بشویند.
- هنگام رویت آلودگی بر روی دست
 - پس از تماس دست با سطوح مشترک (نظیر دستگیره در، تلفن)
 - قبل از شروع به کار و وقفه یا تغییر فعالیت (از جمله کار با موارد خام یا پخته، خوردن و آشامیدن، استفاده از توالت، حمل پسماند) در محل کار
 - بعد از عطسه و سرفه و استفاده از دستمال یکبار مصرف.

- دست زدن به بینی، گوش، دهان، موها و یا سایر قسمت های بدن.
- قبل از پوشیدن دستکش و هنگام تعویض دستکش ها
- ۴-۲-۳ زمانی که آلودگی قابل رویت بر روی دست وجود ندارد می توان جهت ضدعفونی دست از محلول های ضدعفونی برپایه الکی استفاده گردد.
- ۵-۲-۳ محلول ضدعفونی دست با پایه الکی می‌بایست در نقاط قابل دسترس برای کارکنان و مشتریان قرار گیرد.

۳-۲ رفتار بهداشتی:

- ۳-۳-۱ خوردن و آشامیدن در محل آماده سازی مواد غذایی یا سطوحی که مواد غذایی به طور مستقیم با آن در ارتباط است ممنوع می باشد.
- ۳-۳-۲ کارکنان باید هنگام عطسه و سرفه از دستمال استفاده نمایند. در صورتی که دستمال وجود نداشت از قسمت داخلی آرنج موقع سرفه و عطسه استفاده کنید)
- ۳-۳-۳ کارکنان باید از ریختن آب دهان و بینی در محیط کار خودداری کرده و اخلاط بینی و سینه را دستمال کاغذی گرفته در سطل آشغال سرپوش دار بریزند.
- ۳-۳-۴ مصرف سیگار، قلیان و نیز آماده سازی آن در کلیه مراکز ممنوع می باشد.
- ۳-۳-۵ برای ثبت حضور و غیاب، ترجیحا" از سیستم تشخیص چهره/ کارتخوان کارکنان استفاده کنید.
- ۳-۳-۶ برای تماس با دکمه‌های آسانسور (در صورت وجود)، از دستمال کاغذی و نظایر آن استفاده شود. ترجیحا" دکمه های آسانسور به صورت سنسوری و غیر لمسی بوده تا از لمس مستقیم دست به دکمه های آسانسور خود داری شود.
- ۳-۳-۷ عدم استفاده از دستمال مشترک برای تمیز کردن میز و صندلی و سایر وسایل (ترجیحا هر یک از کارکنان از دستمال نظافت شخصی استفاده نمایند و یا استفاده از دستمال نظافت یکبار مصرف)؛
- ۳-۳-۸ متصدی/مدیر/مالک موظف است یک جعبه دستمال کاغذی یا مواد ضدعفونی کننده به منظور استفاده شاغلین و مشتریان در کنار دستگاه کارت خوان قرار دهد.
- ۳-۳-۹ کوتاه بودن ناخن از ضروریات رعایت بهداشت فردی می باشد.
- ۳-۳-۱۰ مجزا بودن کلیه لوازم مورد استفاده بهداشتی برای هر فرد مقیم و کارکنان
- ۳-۳-۱۱ در نماز خانه ها استفاده از مهر و سجاده شخصی ضرورت کامل دارد.
- ۳-۳-۱۲ عدم استعمال دخانیات به دلیل تاثیر آن بر تضعیف سیستم ایمنی بدن و مستعد نمودن افراد در ابتلا به ویروس.

۳-۳-۱۳ استفاده از وسایل بهداشتی شخصی ضروری است.

۳-۳-۱۴ مدیران استخرها موظفند از بازی های پر برخورد در استخر توسط شناگران جلوگیری نمایند.

ماده (۴) فاصله گذاری

۴-۱ فاصله ۲ متر بین افراد در تمام مکان ها رعایت گردد.

۴-۲ در مراکز فاصله ۲ متر جهت پیشگیری از بروز بیماری رعایت گردد (رعایت فاصله ایمن بین مشتریان، کارکنان، به میزان حداقل دو متر)؛

۴-۳ از تجمع در محیط های مشترک از جمله رختکن، آبدارخانه، انبار و یا اطراف محیط کار اجتناب گردد.

۴-۴ استفاده از موانع فیزیکی شیشه ای یا پلاستیکی برای کاهش مواجهات می باشد. لذا از محافظ یا شیلدهای محافظتی (پلاستیکی / شیشه ای) برای میز صندوق دار، اطلاعات نگهبانی و سایر پرسنلی که مواجهه زیادی با افراد دارند استفاده شود.

۴-۵ در صورت فعال بودن اتاق استراحت کارکنان و شاغلین، رعایت فاصله دو متری رعایت گردد.

۴-۶ رعایت فاصله ایمن حداقل دو متر از طرفین در قسمت های عمومی از جمله نمازخانه، سلف سرویس و مسیر ورود خروج الزامی است.

۴-۷ پرسنل از ازدحام و تجمعات جلوگیری نموده و ارائه خدمات به صورتی انجام شود که صف ایجاد نشود.

۴-۸ نظارت دقیق بر تعداد افرادی که همزمان از آسانسور استفاده می کنند. (حداکثر ۵۰ درصد ظرفیت)

۴-۹ نصب تابلوهای هشدار دهنده در کلیه آسانسورها به منظور رعایت تعداد حداکثر افراد و همچنین عدم صحبت با یکدیگر و تلفن همراه

۴-۱۰ در صورتی که از سرویس های ایاب و ذهاب مشترک برای کارکنان، از جمله اتوبوس و مینی بوس استفاده می شود، ضروری است حفظ فاصله حداقل یک متر بین صندلی سرنشینان، رعایت گردد (از ۸۰ درصد ظرفیت خودرو استفاده شود) و اگر از خودروی سواری استفاده می شود با احتساب راننده تعداد سرنشینان از سه نفر نباید بیشتر باشد. راننده باید دو دوز واکسن خود را دریافت کرده و دارای کارت واکسن باشد.

۴-۱۱ کاهش مواجهه چهره به چهره کارکنان و استفاده حداکثری از تلفن، شبکه های اجتماعی و ویدئو کنفرانس برای برگزاری جلسات حتی برای کارکنانی که در داخل یک ساختمان کار می کنند.

۴-۱۲ تعداد پذیرش مشتریان براساس ظرفیت استخر و با در نظر گرفتن ۴ متر مربع به ازای هر نفر تعیین می گردد.

۴-۱۳ مدیریت محل مکلف است با گماردن یک نفر تمام وقت در محل درب ورودی، نسبت به کنترل میزان ظرفیت پذیرش مذکور متناسب با شرایط کرونایی محل اقدام نماید.

۴-۱۴ غیرفعال‌سازی سالن‌های ماساژ و جکوزی و اتاق بخار تا اطلاع ثانوی (به حداقل رساندن تماس افراد)

۴-۱۵ فروش بلیط به صورت الکترونیک و اینترنتی انجام شود.

۴-۱۶ در هنگام فروش بلیط کنترل کارت ملی با اتصال به سامانه در اختیار و در دسترس انجام و برای افراد مبتلا و یا بدون انجام واکسیناسیون بلیط صادر نشود.

۴-۱۷ فعالیت استخرهای شنا به صورت شیفتی و حداکثر ۲ ساعت در هر شیفت مجاز می باشد.

ماده (۵) غربال‌گری، مراقبت و بازتوانی

۵-۱ غربال‌گری شاغلین در همه‌گیری کووید-۱۹

لازم است براساس طرح فاصله‌گذاری اجتماعی، پیش از ورود به محل کار، فعالیت‌های زیر انجام پذیرد:

۱. کارکنان در صورت بروز هرگونه علائم مشکوک، تست سریع تشخیص کووید-۱۹ را انجام دهند.
۲. بعد از گذشت ۱۴ روز از شروع علائم، در صورت بهبودی بیمار، نیاز به ارائه تست PCR منفی به منظور شروع به کار نیست.

۵-۲ مراقبت از گروه‌های آسیب‌پذیر

دو گروه زیر با گواهی پزشک معتمد، به عنوان افراد در معرض خطر ابتلا به عوارض شدید بیماری کووید-۱۹ قرار دارند، در نظر گرفته شده است:

گروه الف - بیماران با بیماری زمینه‌ای:

بیماری قلبی-عروقی

فشارخون

دیابت

بیماری‌های تنفسی زمینه‌ای

BMI > 40

گروه ب- بیماران با نقص ایمنی:

تحت درمان با کورتیکواستروئید بیش از $5/12$ mg پردنیزولون در روز بیش از دو هفته

شیمی‌درمانی

بدخیمی‌ها

پیوند اعضا

در صورت عدم امکان دور کاری، شرایط محیط کار برای این افراد به گونه فراهم گردد که حداقل تماس با سایر افراد را داشته باشد. تغییر شغل موقت در محیط کاری و یا تغییر محل کار به محیطی با شرایط تهویه مناسب تر و کم جمعیت تر می تواند کمک کننده باشد.

۳-۵ بازتوانی در شاغلین با سابقه کووید-۱۹

تمامی شاغلین بعد از ابتلا به بیماری کووید-۱۹ لازم است پس از طی دوران درمان و نقاهت، جهت بازگشت به کار براساس آخرین نسخه "راهنمای بازگشت به کار شاغلین با احتمال ابتلا به کووید-۱۹" ابلاغی از وزارت بهداشت توسط پزشک مورد ارزیابی قرار گیرند.

ماده (۶) بهداشت موادغذایی (در صورت فعال بودن مراکز و واحدهای تهیه و عرضه موادغذایی)

در صورت فعال بودن مراکز تهیه و عرضه و فروش موادغذایی نظیر انواع رستوران، کافی شاپ، سفره خانه و امثال آن، ملزم به رعایت پروتکل مرتبط با مراکز تهیه، عرضه و فروش مواد غذایی می باشند.

- ۶-۱ همه مواد غذایی از منابع معتبر و مجاز تهیه گردد.
- ۶-۲ در مواد غذایی بالقوه خطرناک متناسب با نوع ماده غذایی باید زنجیره سرد یا گرم در مراحل نگهداری و عرضه مواد غذایی رعایت گردد.
- ۶-۳ سطح بسته بندی مواد خوردنی و آشامیدنی پس از دریافت و خریداری و قبل از استفاده یا ذخیره سازی کاملاً تمیز گردد.
- ۶-۴ استفاده از مواد خوردنی و آشامیدنی با بسته بندی معیوب یا آلوده مجاز نمی باشد.
- ۶-۵ مواد غذایی فاقد بسته بندی حتماً باید پوشش بهداشتی داشته و در ظروف مناسب نگهداری گردند.
- ۶-۶ در صورت استفاده از ظروف یکبار مصرف، لزوماً از ظروف یکبار مصرف مناسب استفاده شود.
- ۶-۷ همه مواد اولیه از جمله نمک، قند و شکر باید به صورت بسته بندی و یک نفره دارای پروانه بهره برداری و استاندارد باشد.
- ۶-۸ مواد آشامیدنی باید به صورت بسته بندی شده یک نفره و دارای نی پوشش دار باشد.
- ۶-۹ در مراکزی که عرضه غذا به صورت سلف سرویس می باشد از ایجاد تجمع و عدم رعایت فاصله فیزیکی مدیریت و جلوگیری شود.
- ۶-۱۰ در مراکزی که عرضه غذا به صورت سلف سرویس می باشد باید سرو غذا توسط کارکنان انجام گردد.

۱۱-۶ در صورت استفاده از سالاد و سبزی خوردن ترجیحا" از بسته بندی دارای مجوز استفاده شود. البته رعایت سالم سازی برای سرو سالاد و سبزی خوردن غیر بسته بندی الزامی می باشد.

۱۲-۶ مواد غذایی که به صورت غیر بسته بندی عرضه می گردد و آماده مصرف می باشد (نظیر انواع مغز آجیل، میوه های خشک مانند برگ هلو، انجیر، قند، شکر، نبات، سبزیجات خشک و امثال آن) باید در ظروف مناسب و در دار یا دارای پوشش مناسب نگهداری گردد.

ماده (۷) بهداشت ابزار و تجهیزات

۱-۷ فاصله صندلی ها دارای مشتری، بایستی حداقل ۲ متر باشد لذا به منظور رعایت فاصله، حذف صندلی های اضافه یا مشخص نمودن صندلی های مورد استفاده با رعایت فاصله الزامی می باشد.

۲-۷ همه مهرها، تسبیح، کتب ادعیه و وسایل مشترک از جمله چادر، سجاده و نظایر آن از نمازخانه ها به صورت موقت در صورت فعال بودن نماز خانه جمع آوری گردد.

۳-۷ همه وسایل نظافت پس از هر بار استفاده گندزدایی شود.

۴-۷ در صورت وجود رختکن و حمام، لازم است از وسایل بهداشتی شخصی استفاده شود.

۵-۷ سطل زباله دردار پدالی همراه با کیسه زباله محکم (بدون درز و نشت) به تعداد کافی در فواصل و مکان های مناسب موجود باشد.

۶-۷ دفع پسماند ها باید به شیوه بهداشتی در سطل های دردار پدالی صورت پذیرد و کلیه نیروهای خدماتی در خصوص جمع آوری و دفع پسماند رعایت تمامی ملاحظات بهداشتی (جمع آوری پسماند در کیسه های پلاستیکی محکم بدون درز و نشت) در آخر هر شیفت در دستور کار قرار دهند.

ماده (۸) نظافت و گندزایی

۱-۸ محصولات گندزدای مورد استفاده باید دارای پروانه ساخت یا ورود، تاریخ تولید و انقضاء باشد.

۲-۸ در صورتی که رقیق سازی ماده گندزدا در ظرف دیگری انجام و نگهداری می گردد باید ظرف دردار باشد و بر روی ظرف برچسب مشخصات گندزدا از جمله تاریخ تهیه و نام ماده گندزدا درج گردد.

۳-۸ مواد گندزدا باید براساس دستورعمل شرکت سازنده استفاده و نگهداری گردد.

۴-۸ قبل از گندزدایی باید کلیه سطوح از اجرام و آلودگی ها پاک گردد.

۵-۸ هنگام استفاده از مواد گندزدا از تجهیزات حفاظت فردی مانند دستکش و ماسک استفاده گردد.

۶-۸ غلظت محلول گندزدای مورد استفاده باید مطابق با دستورعمل کارخانه سازنده باشد.

۷-۸ از مخلوط کردن دو ماده گندزدا با هم خودداری گردد.

- ۸-۸ مواد گندزدا، مواد شیمیایی و سموم باید در محفظه یا کابینت مناسب و در دار مجهز به قفل و دور از مواد غذایی نگهداری گردد (روی کابینت برچسب مواد شوینده و گندزدا درج گردد).
- ۸-۹ کلیه قفسه‌ها و میز کار و میز سرویس بطور مستمر بعد از پایان هر شیفت کاری که در دسترس مشتری و شاغلین قرار می‌گیرند شستشو و گندزدایی گردند.
- ۸-۱۰ وسایل نظافت پس از هر بار استفاده گندزدایی شود.
- ۸-۱۱ فرایند نظافت و گندزدایی کاملا جدا از یکدیگر انجام شده و نباید هیچگونه اختلاطی بین مرحله شوینده و گندزدایی انجام گیرد.
- ۸-۱۲ فرد/افراد مسئول نظافت در هنگام نظافت باید از وسایل حفاظت فردی شامل ماسک، دستکش، و لباس کار مناسب و مقاوم در برابر خوردگی آب ژاول استفاده نمایند.
- ۸-۱۳ برای انجام نظافت و گندزدایی استخرهای شنا لازم است بین سانس‌ها نیم ساعت فاصله در نظر گرفته شود.
- ۸-۱۴ مسئولین بوفه‌ها موظفند پس از هر شیفت فعالیت سطوح تماس و وسایل مربوطه را شستشو و گندزدایی نمایند.
- ۸-۱۵ از تی مخصوص فقط برای گندزدایی مکان‌هایی که امکان آلودگی وجود دارد استفاده نمایید.
- ۸-۱۶ سطل زباله، دستمال‌ها، تی، وسائل نظافت و گندزدایی سرویس‌های بهداشتی باید از وسایلی که برای مکان‌های دیگر استفاده می‌شود، مجزا باشد.
- ۸-۱۷ در طول مدت نظافت شاغلین نظافت مراقب باشند لباس، دستکش و ماسک مخصوص پاره نشود و آسیب نبینند و در صورت صدمه آن را تعویض نمایند.
- ۸-۱۸ نظافت را از یک نقطه آغاز و در نقطه مقابل به پایان برسانید (تی را به صورت مارپیچ حرکت دهید)
- ۸-۱۹ "تی‌هایی" که برای نظافت کف اتاق‌ها و سالن‌ها و غیره استفاده می‌شود باید دارای چند "سر" اضافی باشند.
- ۸-۲۰ پس از استفاده از پارچه‌ها، دستمال نظافت و تی، می‌بایست در آب داغ شسته و سپس در محلول مواد گندزدای مورد تأیید وزارت بهداشت به مدت مشخص شده طبق برچسب مربوطه غوطه ور بماند. بعد از آن در دمای اتاق خشک شده و برای استفاده آماده باشد.
- ۸-۲۱ در هنگام گندزدایی احتیاط‌های لازم در ارتباط با برق گرفتگی بعمل آید.
- ۸-۲۲ تجهیزات و ماشین‌آلات گندزدایی بعد از پایان کار شسته و به روش مناسب بسته به ظرفیت تجهیزات و ماشین‌آلات خشک گردند.

۸-۲۳ از پاشیدن و ریختن محلول‌های گندزدا روی سطوح و کلیدها، تجهیزات برق‌دار و مواد ناسازگار و با احتمال انفجار و آتش سوزی اجتناب شود.

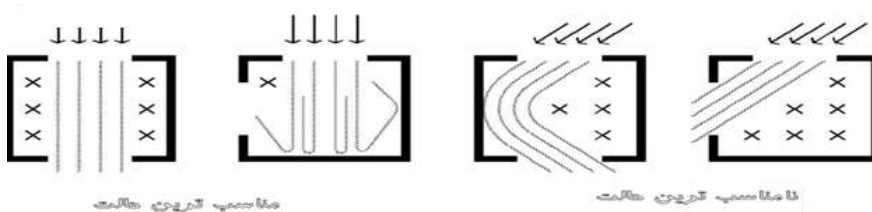
ماده (۹) بهداشت ساختمان

- ۹-۱ سرویس‌های بهداشتی (حمام و توالت) را به صورت مجزا و مستمر گندزدایی گردد.
- ۹-۲ سطوح دارای تماس مشترک شامل: دیوار و کف، درها، دستگیره درها، میز و صندلی، شیرآلات، نرده پله‌ها، تخت، کمد، کابینت، گوشی تلفن، دستگاه‌های کارت‌خوان و خودپردازها، کف پوش‌ها، کلید و پریزها، وسایل عمومی و نظایر آن با دستمال تمیز و خشک شده و سپس گندزدایی گردد.
- ۹-۳ سیستم لوله‌کشی صابون مایع و دستمال کاغذی در توالت‌ها و سرویس‌های بهداشتی تعبیه گردد.
- ۹-۴ توصیه می‌گردد شیر آب روشویی، سرویس‌های بهداشتی، ترجیحا از نوع پدالی یا چشمی باشد.
- ۹-۵ مسئول استخر موظف است نسبت به کنترل مستمر کدورت آب و کلر باقیمانده و همچنین نظارت بر کارکرد سیستم تصفیه اقدام نماید.
- ۹-۶ توصیه می‌گردد شیر آب روشویی سرویس‌های بهداشتی، ترجیحا از نوع پدالی پای و یا چشمی باشد.

ماده (۱۰) تهویه

- ۱۰-۱ فراهم نمودن امکان استفاده حداکثری از تهویه طبیعی در مراکز مذکور از طریق نصب پنجره‌های باز شونده به میزان حداقل ۴۵ درجه و با مساحت ۱۰ الی ۲۰ درصد مساحت کف به گونه‌ای که به ازای هر یک از کارکنان و بازدیدکنندگان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین گردد.
- ۱۰-۲ فراهم نمودن امکان استفاده حداکثری از تهویه ۲ طرفه (باز نمودن پنجره‌های متقابل همزمان) در مراکز فوق به گونه‌ای که به ازای هر یک از کارکنان و بازدیدکنندگان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین گردد.
- ۱۰-۳ فراهم نمودن امکان تعویض هوای محیط با هوای آزاد در مراکز فوق حداقل به اندازه ۶ بار در ساعت و یا به ازای هر یک از کارکنان و بازدیدکنندگان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین گردد.
- ۱۰-۴ در صورتی که تعداد پنجره‌های کافی نباشد با نصب آگزهاست فن‌های مکشی با دبی مناسب به سمت خارج از ساختمان مراکز فوق به گونه‌ای که به ازای هر یک از کارکنان و بازدیدکنندگان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین و یا ۶ بار در ساعت، تعویض و جابه‌جا گردد.
- ۱۰-۵ از قرار دادن فن (پنکه) به طریقی که به طور بالقوه باعث جریان مستقیم هوا از یک شخص به شخص دیگری شود خودداری گردد. استراتژی مناسب استفاده از فن‌های پنجره‌ای و هدایت هوای داخل به بیرون ساختمان می‌باشد.

- ۶-۱۰ استفاده از فن های مکشی و یا دستگاه تصفیه هوای مجهز به فیلتر مناسب و ترجیحا " هپا با توان مناسب در کلیه آسانسور های ساختمان مراکز فوق و روشن نمودن آن در تمام ساعات کار فعالیت
- ۷-۱۰ در فضاهایی که نمی توان تهویه و جابجایی هوای آزاد را به میزان کافی انجام داد. توصیه می گردد میزان دی اکسید کربن موجود در هوا پایش شود و از دستگاه های تصفیه هوای مجهز به فیلتر مناسب و ترجیحا " هپا متناسب با اندازه ساختمان مراکز فوق و به تعداد کافی استفاده گردد.
- ۸-۱۰ توصیه می شود با توجه به اینکه در فصل پاییز و زمستان امکان باز نمودن پنجره ها فراهم نمی باشد دستگاه های تصفیه هوای مجهز به فیلتر مناسب و ترجیحا " هپای استاندارد برای نصب در اتاق های فاقد پنجره ساختمان مراکز فوق به تعداد کافی خریداری و نصب شود.
- ۹-۱۰ کلیه سرویس های بهداشتی مجهز به آگراهاست فن به تعداد کافی و با ظرفیت مناسب بوده و در زمان فعالیت مراکز فوق روشن باشد.



ماده (۱۱) آموزش بهداشت

۱۱-۱ روش های آموزشی مناسب

- دستور عمل شستن دست ها برای پیشگیری از انتقال بیماری های تنفسی به تعداد کافی در محل سرویس های بهداشتی نصب گردد.
- آموزش به صورت مجازی (از جمله شبکه های مجازی، وبسایتها)
- در صورتی که آموزش از مسیرهای مجازی امکان پذیر نبود از طریق چهره به چهره با رعایت فاصله حداقل دو متر و استفاده از ماسک توسط دو طرف بلامانع است.

۱۱-۲ رسانه های مورد نیاز برای آموزش موضوعات مختلف: (موضوعات مورد آموزش در بند ذیل

درج شده است)

- نصب استند و بنر های اطلاع رسانی
- نصب پوسترهای آموزشی
- در صورت امکان، ارسال پیامک های آموزشی به گوشی های همراه

- در صورت امکان، ارسال پیام‌های آموزشی در گروه‌های مجازی مربوطه
- در صورت امکان، انتشار تیزر، اینفوگرافی یا موشن گرافی در فضای مجازی
- در صورت امکان، استفاده از صفحات نمایشی (LED) جهت پخش پیام‌ها و تصاویر آموزشی

۱۱-۳ موضوعات مورد آموزش برای گروه‌های هدف

- آشنایی با بیماری کرونا ویروس
- آشنایی با علائم ابتلا به این ویروس
- شناسایی افراد مستعد ابتلا
- آشنایی با نحوه انتقال بیماری
- آشنایی با زمان و نحوه استفاده از وسایل حفاظت فردی
- آموزش مدت زمان ماندگاری ویروس بر روی سطوح
- آموزش آشنایی با نحوه پوشیدن و درآوردن وسایل حفاظت فردی
- آشنایی با نحوه صحیح دفع یا گندزدایی کردن وسایل
- آموزش نکات بهداشت فردی
- توصیه ماندن در خانه
- روش‌های بهداشتی مراقبت از بیماران در منزل
- آموزش فاصله‌گذاری اجتماعی
- معرفی سامانه ۱۹۰

۱۱-۴ نمونه فعالیت‌های آموزشی

- نصب استند یا بنرهای آموزشی برای بکارگیری تمهیدات لازم در جهت مقابله با شیوع کرونا ویروس در محل کار
- نصب پوسترهای هشدار دهنده در خصوص چگونگی انتقال بیماری کرونا
- نصب پوستر یا بنر راهنمای نحوه صحیح شستشوی دست‌ها در محل کار خصوصاً سرویس‌های بهداشتی و محل سرو غذا
- آموزش نحوه استفاده از محلول ضدعفونی کننده دست به شاغلین
- نصب پوستر مرتبط با بیماری و توصیه ماندن در خانه در صورت وجود علائم
- نصب تابلوهای آموزشی نحوه پیشگیری از انتقال بیماری‌های تنفسی به تعداد کافی در محل؛
- آموزش توصیه‌های مرتبط با نحوه صحیح عطسه و سرفه و استفاده از دستمال کاغذی یا آرنج

- آموزش اقدامات لازم جهت پیشگیری از ابتلا به بیماری به کارکنان و مراجعه کنندگان
- نصب بنرهای آموزشی نحوه پیشگیری از انتقال بیماری های تنفسی
- نصب پوستر آموزشی نحوه صحیح استفاده از تجهیزات حفاظت فردی
- نصب پوستر نحوه صحیح پوشیدن، درآوردن و دفع وسایل حفاظت فردی
- بارگذاری پیام های بهداشتی بر روی سایت و شبکه های مجازی
- نصب پوستر سامانه پاسخگویی شکایات وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به شماره تلفن ۱۹۰ جهت اعلام موارد غیر بهداشتی به سامانه مذکور

ماده (۱۲) ممیزی بهداشتی مراکز

- ۱-۱۲ کلیه مراکز موظفند نسبت به انجام خودکنترلی و خوداظهاری بهداشتی (ممیزی بهداشتی) واحد خود بر اساس دستورالعمل وزارت بهداشت اقدام نمایند و انجام این برنامه توسط بخش خصوصی انجام می‌گردد.
- ۲-۱۲ بر اساس دستورالعمل ابلاغی وزرات ، اصناف موظفند با استفاده از یکی از گزینه های:
- دفاتر خدمات سلامت دارای پروانه معتبر
 - مشاوران آزاد یا تحت استخدام دارای صلاحیت
 - مدیر، مالک یا متصدی واحد صنفی دارای صلاحیت

ماده (۱۳) مسئولیت اجرای پروتکل

- ۱-۱۳ مسئولیت اجرای این راهنما بر عهده مدیر، متصدی یا مسئول مرکز می‌باشد و در صورت عدم رعایت هر کدام از مواد راهنما مشمول اقدام قانونی مطابق با ضوابط و در نهایت توقف فعالیت خواهد گردید.
- ۲-۱۳ مسئولیت حسن اجرای پروتکل حاضر بر عهده مدیریت اماکن موضوع این پروتکل می باشد.
- ۳-۱۳ مراکزی که مفاد این راهنما را رعایت نمی کنند یا امکان تأمین شرایط آن را ندارند اجازه فعالیت نداشته و مسئولیت نظارت و کنترل آنها با اتحادیه یا سازمان مسئول (صادرکننده مجوز) می‌باشد.
- ۴-۱۳ مشاغل این گروه مورد بازرسی سطح بندی شده قرار خواهند گرفت (متصدی واحد، بازرسان اتحادیه و اتاق اصناف و تربیت بدنی و سایر ادارت مرتبط با وزارت ورزش و جوانان ، ممیزان و بازرسان وزارت بهداشت).
- ۵-۱۳ در صورت عدم توجه به واکسیناسیون، با واحد مربوطه مطابق مصوبات ستاد ملی مدیریت بیماری کرونا به عنوان عدم رعایت پروتکل های بهداشتی برخورد خواهد شد (از جمله اقدامات قانونی مانند: عدم تمدید کارت بهداشت

پیوست ۱: روش درست شستشوی دست‌ها

دست‌ها باید با آب گرم و صابون به مدت ۲۰ ثانیه به روش زیر شسته شوند:

- ۱- دست‌ها را مرطوب کنید.
- ۲- از صابون مایع استفاده کنید.
- ۳- کف دست‌ها را خوب به هم بمالید.
- ۴- انگشتان را بشوئید.
- ۵- مچ‌ها را بشوئید.
- ۶- بین انگشتان را بشوئید.
- ۷- آبکشی کنید.
- ۸- با دستمال کاغذی خشک کنید (استفاده از حوله یک‌بار مصرف نیز مورد تایید است)
- ۹- شیر آب را با همان دستمال ببندید.
- ۱۰- دستمال را در سطل زباله در دار بیندازید.



دست‌ها را خیس کرده و بعد آن‌ها را صابونی کنید.

روش درست شستن دست‌ها

در ۱۰ مرحله



کف دست‌ها را با هم بشویید.



بین انگشتان را در قسمت پشت بشویید.



بین انگشتان را از روبرو بشویید.



نوک انگشتان را در هم گره کرده و به خوبی بشویید.



شست‌ها را جداگانه و دقیق بشویید.



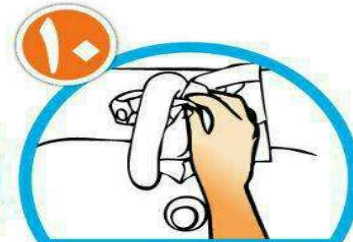
خطوط کف دست را با نوک انگشتان بشویید.



دور مچ هر دو دست را بشویید.



دست‌ها را با دستمال خشک کنید.



با همان دستمال شپیر آب را ببندید و دستمال را در سطل زباله بیاندازید.

✓ هنگام عطسه و سرفه، دهان و بینی خود را با دستمال کاغذی بپوشانید و دستمال را در سطل زباله بیندازید؛



✓ اگر علائم سرماخوردگی دارید در منزل استراحت کنید؛

✓ سطوحی که در تماس مکرر با آن هستید را گندزدایی نمایید؛



✓ سیستم ایمنی خود را با مصرف میوه و سبزیجات تازه تقویت نمایید؛



✓ به اطرافیان خود آموزش دهید؛

پیوست ۲: نکات مهم در پیشگیری از کرونا ویروس

✓ قبل از خوردن و آشامیدن دست‌های خود را به مدت ۲۰ ثانیه با آب و صابون مایع بشویید و در صورت عدم دسترسی به آب سالم از مواد ضدعفونی‌کننده بر پایه الکل استفاده نمایید؛



✓ از تماس با افرادی که مریض هستند خودداری کنید. از روبوسی و دست دادن با افراد دیگر بپرهیزید (فاصله ۱ تا ۲ متر از افراد بیمار حفظ شود)؛



✓ حتماً از ماسک استفاده نمایند؛



✓ از دست زدن به چشم، بینی و دهان خودداری کنید؛

