

Pandemický plán

**Plán krízových opatrení v súvislosti s nebezpečenstvom šírenia infekcie
spôsobenej koronavírusom
COVID-19, SARS-CoV**

Zamestnávateľ:

**Centrum sociálnych služieb – Jesienka
Myjava**

Vypracoval:

MYPRO s.r.o.

Bc. Erika Šutá, dipl. a.h.e.

Myjava

IČO: **52 531 431**, DIČ: **2121056531**

kontakt: e-mail: myprosro@gmail.com tel. 0944 388 094 www.praca-zdravie.sk

04/2020

Úvodné ustanovenia

Cieľ vydania

Cieľom dokumentu je:

- koordinovaná informovanosť
- zníženie paniky
- prevencia stresu zamestnanca
- prevencia stresu rodín zamestnanca
- prevencia stresu manažmentu
- obmedzenie šírenia infekcie v podniku

Tento dokument prináša vedúcim zamestnancom základné informácie o ochorení COVID-19 a návrh odporúčaných postupov a opatrení, ktoré predstavujú preventívne prístupy v zabránení tohto ochorenia, ale zároveň informujú aj o postupoch a procesoch prípravy na prípadné väčšie rozšírenie tohto ochorenia a odporúčajú základné opatrenia, ktoré môžu byť prijaté pre zabezpečenie informovanosti a pre usmernenie koordinácie postupov v prípade zhoršenia situácie.

Tento dokument je súborom všeobecných informácií a odporúčaní vychádzajúcich z poznatkov a štandardných postupov MZ SR.

V prípade, ak si to epidemiologická situácia vyžiada, tak Hlavný hygienik SR vydá usmernenie, ktorým nariadi postup, ktorý bude záväzný pre spoločnosti Slovenskej republiky.

Súvisiace predpisy

Zákon NR SR č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov

Skratky

MZ SR	Ministerstvo zdravotníctva Slovenskej republiky
ÚVZ SR	Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky
RÚVZ	Regionálny úrad verejného zdravotníctva

Informácie o víruse COVID-19

Akútny respiračný syndróm spôsobuje koronavírus SARS-CoV-2 z čeľade Coronaviridae,

Akútny respiračný syndróm spôsobuje koronavírus, ktorý sa prenáša z človeka na človeka.

Aktuálna epidemiologická situácia vo výskyte ochorení COVID-19 je uvedená na webovej stránke <https://www.ecdc.europa.eu/en/geographical-distribution-2019-ncov-cases>.

Nakoľko súčasne s týmto ochorením prebieha aj každoročná sezónna epidémia chrípky a iných respiračných infekcií, je možné, že podobné príznaky môžu súvisieť aj s iným respiračným infekčným ochorením, preto je potrebné nerobiť paniku, ale kontaktovať všeobecného lekára alebo v prípade nejasností hygienika príslušného RÚVZ a riadiť sa ich usmerneniami.

Definícia osôb v kontakte (osôb podozrivých z nákazy)

Za osobu v kontakte sa považuje osoba bez symptómov ochorenia, ktorá bola alebo mohla byť v kontakte s pravdepodobným alebo potvrdeným prípadom ochorenia COVID-19. Miera rizika infekcie závisí od úrovne expozície.

Osoba v úzkom kontakte (vysoké riziko expozície):

Za osobu v úzkom kontakte s pravdepodobným alebo potvrdeným prípadom ochorenia COVID-19 sa považuje:

- osoba žijúca v rovnakej domácnosti ako prípad s ochorením COVID-19.
- osoba, ktorá bola v priamom fyzickom kontakte s prípadom ochorenia COVID-19 (napr. podaním rúk).
- osoba, ktorá má nechránený priamy kontakt s infekčnými sekrétmi osoby s ochorením COVID-19 (napr. kašlaním, dotykom použitých papierových vreckoviek).
- osoba, ktorá mala úzky kontakt s prípadom COVID-19 do 2 metrov a dlhší ako 15 minút.
- osoba, ktorá bola v uzavretom priestore (napr. učebňa, zasadacia miestnosť, čakáreň atď.) s prípadom COVID-19 najmenej 15 minút a vo vzdialenosti menšej ako 2 metre.
- Zdravotnícky pracovník alebo iná osoba poskytujúca priamu starostlivosť o prípad COVID-19 alebo laboratórni pracovníci, ktorí manipulujú so vzorkami prípadu COVID-19 bez odporúčaných OOPP alebo s možným porušením OOPP.
- osoba v lietadle sediaci v rámci dvoch sedadiel (v ľubovoľnom smere) od prípadu COVID-19, spolucestujúci alebo osoby poskytujúce starostlivosť a členovia posádky slúžiaci v časti lietadla, v ktorej sedel prípad (ak je závažnosť príznakov alebo pohyb prípadu naznačuje rozsiahlejšiu expozíciu, cestujúci sediaci v celej časti alebo všetci cestujúci v lietadle sa môžu považovať za osoby v úzkom kontakte).

Osoba v bežnom kontakte (nízke riziko expozície):

Za osobu v bežnom kontakte s pravdepodobným alebo potvrdeným prípadom ochorenia COVID-19 sa považuje:

- osoba, ktorá bola v uzavretom priestore s prípadom COVID-19 menej ako 15 minút alebo bola vzdialená viac ako 2 metre,
- osoba, ktorá bola v priamom kontakte (tvárou v tvár) s prípadom COVID-19 menej ako 15 minút a bola vzdialená menej ako 2 metre,
- osoba, ktorá cestovala spolu s prípadom COVID-19 akýmkoľvek spôsobom prepravy.

Príbuzný, ktorý sa vrátil z oblasti (krajiny, regiónu), kde sa vyskytuje COVID-19

Ak sa príbuzný zamestnanca a ďalšie osoby vrátili najmä z **oblastí s vysokým počtom infikovaných na COVID-19**, v takom prípade v nasledujúcich 14 dňoch po opustení oblasti s vysokým počtom ochorení COVID-19 zväžili prípadnú návštevu svojich príbuzných, ktorí sú zamestnaní v Centrum sociálnych služieb – Jesienka Myjava, či akútne hospitalizovaní v zdravotníckych zariadeniach, pokiaľ nie je zamestnanec v paliatívnej starostlivosti alebo v ťažkom stave, kedy **je potrebné návštevu konzultovať s hygienikom RÚVZ** v danom regióne prevádzky. Toto odporúčanie je vydané s cieľom obmedzenia ďalšieho rozšírenia choroby COVID-19.

Spôsob prenosu

Nový koronavírus SARS-CoV-2 je respiračný vírus.

K prenosu dochádza primárne kontaktom s infikovanou osobou, ktorá najmä pri hovorení, kašľaní a kýchaní šíri infekčné kvapôčky do svojho okolia.

Prenos je možný tiež predmetom čerstvo kontaminovanými sekrétmi infikovaného človeka.

Inkubačná doba je od 2 – 14 dní, z tohto dôvodu tí, ktorí boli **vystavení stretnutiu s človekom so známym, t. j. potvrdeným prípadom COVID-19**, majú byť bezodkladne izolovaní v domácom prostredí počas 14 dní od posledného kontaktu s chorou osobou, nakoľko sa v priebehu tohto obdobia môže u nich vyvinúť ochorenie s príznakmi (podľa usmernenia regionálneho hygienika RÚVZ prislúchajúceho regiónu).

Príznaky ochorenia

Príznaky, ktoré sa môžu prejaviť v priebehu 14 dní od kontaktu s osobou s potvrdeným ochorením COVID-19, najmä:

- *horúčka nad 38 °C (pozor u starších a imunitne oslabených osôb môže telesná teplota zostať nízka, preto treba zvážiť aj iné príznaky a poradiť sa s lekármi)*
- *kašeľ*
- *sťažené dýchanie (tzv. dýchavica, osoba nevie dokončiť nádych, prípadne má zrýchlené dýchanie)*
- *bolesť svalov*

Vo všeobecnosti môže táto infekcia spôsobiť závažnejšie príznaky u:

- osôb s oslabeným imunitným systémom
- seniorov nad 70 rokov
- osoba s chronickým ochorením (najmä onkologické ochorenie, pľúcne ochorenie, srdcovo – cievne)
- osoba liečených imunosupresívnymi (imunitný systém potlačujúcimi) liekmi
- osoba so súčasne sa vyskytujúcimi viacerými ochoreniami u toho istého PSS – títo sú najviac náchylní na vývoj komplikácií, či už pri COVID-19 alebo sezónnej chrípke.

Ak zamestnanec, ktorý bol v kontakte s dokázanou chorou osobou s COVID-19 a vyvinul príznaky respiračného ochorenia alebo bol bez týchto príznakov (tzv. asymptomatický) a zamestnanec z rozhodnutia regionálneho hygienika bol umiestnený do domácej izolácie a cíti sa dobre (t.j. bez príznakov) po 14 dňoch od kontaktu s osobou, u ktorej bol koronavírus COVID-19 potvrdený vyšetrením, môže tento zamestnanec po konzultácii a rozhodnutí hygienika RUVZ bez problémov vrátiť do kolektívu.

Prevenca šírenia infekcie COVID-19

V súčasnosti neexistuje vakcína proti COVID-19, najlepším spôsobom, ako zabrániť nákaze, je vyhnúť sa expozícii (t. j. stretnutiu s infikovaným človekom alebo expozícii vírusom).

Všeobecné zásady, ktoré pomáhajú zabrániť šíreniu respiračných vírusov:

- vyhnúť sa úzkemu kontaktu s ľuďmi s akútnym respiračným ochorením
- skrátiť pobyt v priestoroch, kde sa nachádza veľké množstvo ľudí
- **často si umývať ruky teplou vodou a mydlom** (najmä pri priamom kontakte s chorými alebo izolovanými pri čakaní na výsledky), **ak mydlo s dezinfekčným účinkom v dávkovači nie je dostupné**, ako ďalší postup po umytí rúk je vhodné použiť dezinfekčný gél na báze alkoholu
- účinnosť umývania rúk možno zvýšiť použitím dezinfekčného mydla s virucídnym účinkom
- zamestnanci by si mali umývať ruky:
 - ✓ pred odchodom z domu
 - ✓ po príchode do práce
 - ✓ po použití toalety
 - ✓ po prestávke a denných pracovných činnostiach
 - ✓ pred prípravou jedla a nápojov
 - ✓ pred a po konzumácii jedla a nápojov
 - ✓ pred odchodom z práce
 - ✓ pri príchode domov
- nepoužívať spoločné uteráky a predmety osobnej potreby
- dodržiavať zásady dezinfekcie povrchov a po každej činnosti, pri ktorej došlo ku ich kontaminácii
- vetrať

Represívne opatrenia (sekundárna prevencia) v prípade podozrenia na respiračnú infekciu

V prípade ochorenia je základnou prevenciou šírenia vírusu **izolácia chorého a jeho kontaktov** pred, ako aj po vypuknutí ochorenia v období jeho nákazlivosti (t. j. 14 dní resp. podľa usmernenia lekára).

Hygienické opatrenia

Prispôsobenie sa Sanitačnému plánu

O sanitačnom pláne musí byť v predstihu informovaný čistiaci servis, ktorého personál musí byť preškolený ohľadom pandémie a obzvlášť ohľadom nosenia ochranných prostriedkov a inštrukcií obsiahnutých v Sanitačnom pláne.

Výber a skladovanie potrebných ochranných prostriedkov, čistiaceho a dezinfekčného materiálu

Odporúča sa vytvorenie zásob čistiaceho a dezinfekčného materiálu, pretože môže byť skladovaný dlhšiu dobu, v prípade núdze môže byť nedostupný.

Ochranné masky

Ochranné masky na ústa a nos, znižujú riziko infekcie prenášanej vzduchom, ale nechránia pred ďalšími zdrojmi ako je dotýkanie sa úst, nosu a očí kontaminovanými rukami, predmetmi, jedlom.

Masky sú účinnejšie pre zabránenie šírenia nákazy ako pre ochranu pred nákazou. Všetci zamestnanci musia preto nosiť masky, ak sú vo vzájomnej blízkosti. Aby maska bola efektívna, musí byť správne nasadená. Pri odstraňovaní masky pri jedle, pití, fajčení vzrastá počet vdychnutí častíc, čím môže byť ochranný účinok masky znížený.

Jednorazové masky musia byť vyhodnené okamžite po použití a nesmú byť postúpené ďalšej osobe. Ak je maska veľmi vlhká, musí byť vymenená.

Používanie osobných ochranných prostriedkov:

Na začiatku fázy 6 sú povinní zamestnanci nosiť ochrannú masku zakrývajúcu ústa a nos. Nosenie jednorazových rukavíc môže byť vhodné.

Vyhlásenie Sanitačného plánu

Intenzívnejšie upratovanie pracovných priestorov musí začať najneskôr na začiatku fázy 6, alebo aj skôr.

Upratovanie musí byť vykonávané v súlade so sanitačným plánom (*vid Príloha Sanitačný plán*).

Odporúčaný postup dezinfekcie:

- Chloramín obsahuje chlór, náhrada je použitie SAVA alebo iného prípravku s obsahom chlóru.
- Prednostne používať nepáchnuce prípravky.
- Chlórové môžu dráždiť dýchacie cesty.
- Počas dezinfekcie intenzívne vetrať.
- Po ukončení karantény priestor komplexne dezinfikovať výhradne chlórovým prípravkom.

Čistiaci a dezinfekčný materiál

Umývanie rúk a starostlivosť o pokožku:

Pravidlá pre čisté ruky:

- Každé umývanie rúk má trvať 40 – 60 sekúnd
- Navlhčite si ruky teplou vodou a naberte si dostatočné množstvo mydla
- Ruky si potierajte spôsobom dlaň o dlaň, pokračujte preložením dlane pravej ruky na chrbát ľavej ruky s čistením vnútorných strán prstov a opačne
- Trením čistíte spojené prsty pravej ruky proti ľavej ruke a opačne, následne zovrite prsty jednej ruky do dlane a potierajte si ich oproti druhej dlani
- Nasleduje čistenie ľavého palca krúživým pohybom pravou rukou a opačne
- Ľavú dlaň si čistíte krúživým pohybom spojenými prstami pravej ruky a opačne
- Ruky si opláchnite vodou a dôkladne utrite jednorazovou utierkou alebo čistým uterákom

Vytlačený návod na umývanie rúk umiestniť k umývadlám, návod na dezinfekciu rúk umiestniť do vstupného filtra.

Umývanie rúk s dezinfekčným prostriedkom na báze alkoholu:

- Naberte plnú dlaň dezinfekčného prostriedku a naneste ho na celý povrch rúk
- Preložte dlaň pravej ruky na chrbát ľavej ruky, čistite vnútorné strany prstov a opačne
- Trením si čistíte spojené prsty pravej ruky proti ľavej ruke a opačne
- Uzavrite prsty jednej ruky do druhej dlane a potierajte nimi druhú dlaň
- Krúživým pohybom si čistíte ľavý palec pravou rukou a opačne
- Spojenými prstami pravej ruky čistíte krúživým pohybom ľavú dlaň a opačne

Osobné hygienické opatrenia

Osobné hygienické opatrenia musia byť prísne dodržiavané, aby sa obmedzilo šírenie vírusu:

- Ruky sa musia často umývať mydlom, prípadne dezinfikovať,
- Pri kašli a kýchaní si zakrývať ústa, používať jednorazové vreckovky, následne si umyť ruky,
- Dodržiavať minimálnu vzdialenosť 2 metre od ostatných,
- Vyhnúť sa fyzickému kontaktu,
- Použitú jednorazovú vreckovku okamžite vyhodiť do smetného koša,
- Vyhnúť sa dotýkaniu sa tváre, očí, úst a nosa rukami.

Zamestnanci musia byť požiadaní, aby si často umývali ruky. Najneskôr na začiatku fázy 5 všetky umyvárne v spoločnosti a všetky toalety musia byť vybavené zásobníkom na tekuté mydlo a dezinfekčný prostriedok, jednorazovými ručníkmi a odpadkovým košom.

Tuhé mydlá a spoločné látkové uteráky nesmú byť používané.

Návod na umývanie a dezinfekciu rúk by mal byť zobrazený nad každým umývadlom.

Manipulácia s odpadmi

Všetok odpad, s ktorým bola osoba v styku, vrátane použitých vreckoviek, má byť vložený do plastových vriec na odpad a zviazaný.

Plastové vrecia, ktoré sú používané pre tento druh odpadu, musia mať maximálny objem 0,1 m³ a silu minimálne 0,1 mm.

Tento odpad je povinnosť zatriediť do kategórie nebezpečný a v súlade s legislatívou s ním nakladať.

Uzatvárateľné odpadové koše s uzatvárateľnými plastovými vreckami by mali byť umiestnené všade, kde je to možné.

Zamestnanci musia byť požiadaní, aby pred odchodom z pracoviska uzatvorili vrecko s odpadom.

Vetranie

Všetky miestnosti musia byť adekvátne vetrané oknami, klimatizáciou. Dobre udržiavaná ventilácia a klimatizácia by mala zostať v prevádzke aj v priebehu pandémie.

V miestnosti, v ktorej je klimatizácia, pokiaľ klimatizácia funguje, tak filtruje a riedi vzduch, čím významne znižuje koncentráciu vírusov vo vzduchu.

V miestnosti bez klimatizácie musí byť využité prirodzené vetranie (oknom).

Ciele Pandemického plánu

Hlavným cieľom Pandemického plánu je zabrániť alebo aspoň obmedziť šírenie vírusu, aby sa získal čas pre vývoj očkovacej látky. Plán by mal taktiež zabezpečiť, aby populácia bola zásobená liekmi, potravinami, vodou, elektrickou energiou a ďalšími základnými komoditami a aby bol udržiavaný verejný poriadok.

Aby sa zabránilo šíreniu infekcie, medzi najúčinnšie opatrenia patrí správne správanie sa, dodržiavanie hygienických pravidiel a obmedzenie sociálneho kontaktu. Tieto opatrenia tvoria dôležitú súčasť Pandemického plánu zamestnávateľa. Tento plán taktiež obsahuje tipy, ako v priebehu pandémie zorganizovať chod prevádzky na minimálnej úrovni a ako sa po skončení pandémie čo najhladšie vrátiť do normálnej prevádzky.

Prípravná fáza (fáza 3 a 4)

Vyjasnenie zodpovednosti:

Za implementáciu Pandemického plánu je zodpovedný krízový tím zamestnávateľa

Identifikácia kľúčových procesov: zahŕňa oblasť:

- výroby,
- služieb,
- zabezpečenia objektu,
- upratovania,
- základných zdrojov nutných k ich udržaniu (pracovníci, materiál),
- určenie najmä kľúčových funkcií, ktoré budú tieto procesy udržiavať (výpočet minimálneho počtu zamestnancov, krízový tím, zabezpečenie podniku a pod.)

Príprava na komunikáciu v prípade pandémie:

- Ustanovenie interných a externých metód komunikácie,
- Príprava technického vybavenia – IT vybavenie, telefonické spojenie
- Identifikácia zdrojov informácií o postupe pandémie, inštrukcií od kompetentných úradov, porovnanie národného Pandemického plánu s Pandemickým plánom zamestnávateľa,
- Získanie informácií o právnych záležitostiach v prípade pandémie – pracovné právo v prípade výnimočného a núdzového stavu

Príprava dohody s odborními pre prípad pandémie:

V prípade spolurozhodovaní s odborními musí byť vopred pripravená dohoda o činnosti v prípade pandémie.

Kontrola Pandemického plánu

Pandemický plán musí byť kontrolovaný najneskôr na začiatku fázy 4, z dôvodu možných personálnych, organizačných a štrukturálnych zmien v podniku.

Kritická fáza (fáza 5 a 6)

Tento kritický stav začína na začiatku fázy 5 alebo fázy 6, keď úrady ohlásia prvý prípad interhumánneho prenosu v krajine.

Krízový stav pandemického plánovania s krízovými opatreniami musí vstúpiť v platnosť, ako náhle je dosiahnutá fáza 6. **Tento stav musí byť vyhlásený úradmi Slovenskej republiky.**

Práce krízového tímu v priebehu kritickej fázy

Najneskoršie na začiatku fázy 6 alebo pri preniknutí infekcie do krajiny, by sa mal krízový tím stretávať denne.

Ak je to nutné, stretnutia sa môžu konať prostredníctvom mobilných hovorov, on-line.

Školenie a informovanie zamestnancov:

Zamestnanci musia byť včas informovaní o obsahu a opatreniach Pandemického plánu. Tieto informácie musia byť sprostredkované vhodnou formou – semináre, letáky. Z dôvodu minimalizácie rizika plynúceho z verejného zhromažďovania v priebehu pandémie by tieto stretnutia mali byť realizované v začiatkoch, najneskôr na začiatku 5 fázy, každý zamestnanec musí obdržať leták.

Stanovenie inštrukcií personalistami

Právne predpisy súvisiace s ochranou pred epidémiou a infekciou musia byť dodržané. Taktiež musia byť dodržané inštrukcie príslušných štátnych orgánov.

Mnoho zamestnancov bude mať záujem v prípade pandémie zostať mimo pracoviska, z dôvodu ochorenia, starostlivosti o deti (uzatvorenia školských zariadení), je nutné stanoviť pravidlá:

V zmysle Čl. 8 základných zásad Zákonníka práce zamestnávateľa sú povinní robiť opatrenia v záujme ochrany života a zdravia zamestnancov pri práci. Podľa § 55 ods. 2 písm. c) Zákonníka práce zamestnávateľ je povinný preradiť zamestnanca na inú prácu ak je to nevyhnutné pri karanténnych opatreniach.

Podľa § 5 ods. 1 zákona č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci je zamestnávateľ povinný uplatňovať všeobecné zásady prevencie pri vykonávaní opatrení nevyhnutných na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci vrátane zabezpečovania informácií, vzdelávania a organizácie práce a prostriedkov. Z toho vyplýva napríklad povinnosť zamestnávateľa ponúknuť zamestnancovi možnosť práce z domu, ak je to možné.

Vyhlasenie mimoriadneho stavu je pre zamestnancov podľa § 142 Zákonníka práce vážnou prekážkou na strane zamestnávateľa, kedy nie je možné aby svoju prácu vykonávali podľa doteraz platných pravidiel a zásad.

Podľa § 147 Zákonníka práce je zamestnávateľ povinný zabezpečovať bezpečnosť a ochranu zdravia zamestnancov pri práci a na ten účel vykonávať potrebné opatrenia vrátane zabezpečovania prevencie, potrebných prostriedkov a vhodného systému na riadenie ochrany práce.

Zamestnávateľ je povinný zlepšovať úroveň ochrany práce vo všetkých činnostiach a prispôbovať úroveň ochrany práce meniacim sa skutočnostiam. Na základe ďalšieho paragrafu majú na to nárok aj zamestnanci samotní. Takže áno, je to povinnosť zamestnávateľa zabezpečiť ochranu zdravia zamestnancov tým, že im zabezpečí ochranné rúška, dezinfekčné prostriedky a ďalšie náležitosti.

V prípade, ak vaša prevádzka nepatrí medzi povinne zatvorené prevádzky a zamestnávateľ vám zabezpečil všetky ochranné prostriedky k práci, neexistujú okrem vášho oprávneného strachu reálne prekážky vo vašej práci.

Môžete teda túto situáciu riešiť dvomi spôsobmi a to čerpaním dovolenky, alebo náhradného voľna.

Zamestnávateľ ďalej môže využiť svoje právomoci nariadiť zamestnancom čerpanie dovolenky v zmysle § 111 ods.1 Zákonníka práce. Tzv. hromadné čerpanie dovolenky (ak sa uzavrie celá prevádzka) by nemalo presiahnuť dva týždne. Podľa § 111 ods. 5 Zákonníka práce, čerpanie dovolenky je však zamestnávateľ povinný oznámiť zamestnancovi aspoň 14 dní vopred. Toto obdobie môže byť výnimočne skrátené so súhlasom zamestnanca.

Zamestnávateľ môže so zamestnancom dohodnúť čerpanie náhradného voľna za prácu nadčas v zmysle § 121 ods. 3 a 4 Zákonníka práce, ktorú zamestnanec vykonal ešte pred pandemiou. Pozor - dohodnúť - to znamená zamestnanec musí s čerpaním náhradného voľna súhlasiť.

Podľa § 141 ods. 3 Zákonníka práce zamestnávateľ môže poskytnúť zamestnancovi pracovné voľno s náhradou mzdy, ktoré si zamestnanec odpracuje po skončení krízovej situácie. Túto alternatívu však treba chápať v kontexte, že o voľno požiada sám zamestnanec.

Tieto pravidlá musia byť v súlade s požiadavkami právnych predpisov, prípadne s postojom odborov.

Opatrenia pre zabezpečenie spoločnosti

Musí byť stanovený minimálny počet zamestnancov nutných pre takéto zabezpečenie a stanovený krízový akčný plán. Zabezpečenie podniku bude zvlášť dôležité, ak vypukne panika, chaos.

Musí byť obmedzený vstup zamestnancov, návštev, dodávateľov do podniku. V priebehu prípravnej fázy musí byť krízovým tímom schválené, ktoré obmedzenia musia byť posilnené a akým spôsobom je ich možné preveriť.

Odporúčaný postup pri podozrení na ochorenie COVID-19 u zamestnanca

Samotný zamestnanec, ktorý prišiel do kontaktu s osobou, u ktorej bolo ochorenie COVID-19 potvrdené vyšetrením, môže byť bez príznakov tohto ochorenia (ale rizikový pre svoje okolie, lebo je prenášač) alebo s príznakmi buď s ľahkou formou, zostane v domácej izolácii alebo so stredne ťažkou, či ťažkou formou (alebo z dôvodov sociálneho statusu domácnosti alebo kognitívneho stavu zamestnanca) môže byť hospitalizovaný v zdravotníckom zariadení po dobu minimálne 14 dní, ak lekár a/alebo RÚVZ neurčí inak, sa bez problémov vrátiť do kolektívu.

O kontakte s človekom so známym prípadom s potvrdeným ochorením COVID-19, ako aj o vývoji príznakov má telefonicky informovať zamestnanec, rodina, ihneď príslušného ošetrojúceho t. j. všeobecného lekára alebo regionálneho hygienika RÚVZ.

Zamestnanec má povinnosť s ohľadom na platnú legislatívu Zákonníka práce zamestnávateľa **informovať o tom**, že sa vrátil on alebo jeho blízky príbuzný resp. blízka osoba z rizikovej oblasti zasiahnutej koronavírusom alebo o tom, že v jeho domácnosti alebo blízkom okolí bol v priamom kontakte s osobou, ktorej bola zistená t.j. laboratórnym vyšetrením na ÚVZ SR potvrdená infekcia COVID-19 alebo v jeho izolácii pre podozrenie na infekciu a nie sú výsledky vyšetrenia známe.

Zamestnávateľ je vzhľadom na povinnosť predchádzať rizikám z hľadiska bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci **oprávnený vyzvať** zamestnanca, aby sa **podrobil vyšetreniu** u všeobecného lekára (ktorého má kontaktovať najskôr telefonicky a podľa inštrukcií buď prísť na vyšetrenie alebo zostať v domácej izolácii a pod.), prípadne hygienika RÚVZ, najmä ak je dôvodné podozrenie nebezpečenstva vzhľadom k vykonávanej práci alebo ak má zamestnávateľ podozrenie, že zamestnanec nie je spôsobilý vykonávať prácu pre možnosť infekcie COVID-19.

O prípadnom nariadení karantény t.j. izolácie, je trvaní a ukončení rozhoduje príslušný RUVZ a v tomto zmysle je povinný podať zamestnávateľovi na jeho žiadosť informáciu o tom, že zamestnancovi bola karanténa nariadená.

V prípade, že je zamestnancovi nariadená karanténa, ide o prekážku v práci na strane zamestnanca, pri ktorej mu prislúcha náhrada mzdy alebo platu rovnako ako v prípade, keď je dočasne práce neschopný.

Vzhľadom na súčasne prebiehajúce aj iné COVID-19 respiračné ochorenia je vhodné odporučiť pre **zamestnanca s príznakmi respiračnej infekcie nasledovné:**

- zostať doma na lôžku
- telefonicky konzultovať svojho ošetrojúceho lekára ohľadom správnej liečby a postupu pri prípadnom vyšetrení (telefonovať pred príchodom do ambulancie a riadiť sa inštrukciou lekára)
- prijímať tekutiny a vitamíny
- nebyť v priamom kontakte s ostatnými zamestnancami počas doby pretrvávania príznakov
- zamestnanec sa môže vrátiť na pracovisko ak nemá aspoň 3 dni po sebe príznaky respiračnej infekcie (pri nepotvrdení COVID-19) pri známom ochorení COVID-19 až vtedy keď mu to umožní hygienik RUVZ

V prípade potvrdenia ochorenia COVID-19 u zamestnanca Centrum sociálnych služieb – Jesienka Myjava sú izolovaní všetci zamestnanci, ktorí prišli s chorým zamestnancom do kontaktu, ak tak určí hygienik príslušného RÚVZ.

Všetky priestory a povrchy, v ktorých sa chorý zamestnanec nachádzal, musia byť následne dôkladne dezinfikované za použitia virucidného dezinfekčného prostriedku podľa usmernenia pracovníka RÚVZ.

Organizačné opatrenia

Uľahčenie vystavenia potvrdenia o práceneschopnosti:

- absencia kvôli práceneschopnosti bude hlásená telefonicky
- potvrdenia o práceneschopnosti budú predložené elektronicky
- čerpanie ošetrovného, vzhľadom na mimoriadnu situáciu prizná Sociálna poisťovňa ošetrovné pri osobnej a celodennej starostlivosti o dieťa do dovŕšenia 11. roku jeho veku počas celého obdobia do odvolania, v rámci ktorého budú školy a predškolské zariadenia uzavreté.

Spoločenské dištancovanie

Riziko nákazy môže byť znížené obmedzením sociálneho kontaktu (spoločenské dištancovanie). Zahŕňa:

- Obmedzenie kontaktu s druhými ľuďmi
- Vypnutie automatov na pitie, potraviny,
- Obmedzenie používania výťahov,
- Použitie plexiskla pre odtienenie pracovísk,
- Zrušenie školení, konferencií, stretnutí, použiť náhradu online-konferenciou,
- Vyhnúť sa skupinovým voľnočasovým aktivitám,
- Nenavštevovať lekára, len v prípade naliehavej situácie, preventívne prehliadky odložiť.

Úbytok personálu

Na úrovni pandemickej vlny fáze 6, by všetky aktivity mali byť redukované na minimum. Ak to charakter práce umožňuje, môže byť zavedená práca z domu / Home-Office.

Tí zamestnanci, ktorí nie sú nutne potrební, by mali dostať voľno v súlade s dohodou pripravenou v prípravnej fáze.

Organizácia práce

- Čo najväčší počet zamestnancov by malo pracovať z domu,
- Striedanie zmien musí byť organizované tak, aby sa čo najviac obmedzil osobný kontakt medzi zamestnancami,
- Ak je to možné, pracovníci musia byť požiadaní, aby pracovali po samom.

Cestovanie

Ako náhle ja dosiahnutá fáza 5, všetci zamestnanci zo zahraničia sa môžu vrátiť domov.

V súvislosti s dynamickým šírením pandémie infekčného ochorenia COVID-19 spôsobeného koronavírusom SARS-CoV-2 vo všetkých krajinách sveta dochádza k prijímaniu prísnych reštrikčných bezpečnostných a zdravotných opatrení krajín spojených s obmedzeniami, zákazom vstupov do krajín, prechodom štátnych hraníc, funkčnosťou medzinárodného ale aj vnútroštátneho leteckého, vlakového, autobusového a lodného spojenia.

Z dôvodu nepredvídateľného vývoja prijímania opatrení krajín sveta sa občan Slovenskej republiky, v prípade vycestovania zo SR do zahraničia, vystavuje reálnemu riziku nemožnosti alebo obmedzeniam možností návratu zo zahraničia.

Treba si uvedomiť, že cestovné obmedzenia najneskôr vo fáze 6, 5 môže návrat znemožniť.

Od začiatku fáze 6 musia byť všetky služobné cesty zastavené, zrušené.

Opatrenia pre zabezpečenie podniku, údržby a ďalších služieb

Zamestnanci zabezpečujúci podnik musia skontrolovať svoje ochranné prostriedky a spracovať akčný plán, ktorý berie do úvahy úbytok personálu.

Údržba musí skontrolovať, či klimatizácia, výťahy a kúrenie sú v dobrom stave a musí vykonať ich opravu, ak je to nutné.

Ak sú k dispozícii záložné zdroje energie, musí byť skontrolovaná ich funkčnosť.

Záverečné ustanovenia

Tento dokument je záväzný pre všetkých zamestnancov a sú povinní sa s ním preukázateľne oboznámiť.

Kontrolou dodržiavania a realizovania sú poverení a zodpovední vedúci zamestnanci.

Dokument nadobúda platnosť dňom vydania.

Zoznam príloh

Príloha č. 1 Zoznam call centier RÚVZ

Príloha č. 2 Sanitačný plán

Príloha č. 1

Zoznam call centier RÚVZ:

- + Národné centrum zdravotníckych informácií – 0800 221 234
- + Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky – 0917 222 682
- + Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Banskej Bystrici – 0918 659 580
- + Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Bratislave – 0917 426 075
- + Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Nitre – 0948 495 915
- + Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Trnave – 0905 903 053
- + Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Trenčíne – 0911 763 203
- + Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Košiciach – 918 389 841
- + Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Prešove – 0911 908 823
- + Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Žiline – 905 342 812

Upozorňujeme občanov, aby po spozorovaní príznakov kontaktovali lekára telefonicky a nechodili do nemocnice osobne z dôvodu zamedzenia šírenia prípadnej nákazy. Pre verejnosť sú zriadené aj infolinky a e-mailová adresa, kde im odborníci odpovedajú na otázky.

Úrad verejného zdravotníctva SR - 0917 222 682, nykronavirus@uvzsr.sk

Karanténa v zariadeniach Ministerstva vnútra SR

Odporúčame tým, čo nechcú ohroziť rodiny, blízkych a spoluobčanov a predpokladajú vysoké riziko nákazy (po pobyte v rizikovom regióne), aby absolvovali 14 dňovú karanténu v niektorom štáte určenom zariadení.

Pre viac informácií treba kontaktovať Centrálné monitorovacie a riadiace stredisko Ministerstva vnútra SR tel.: +421243411190 alebo +421248593312.

Zdroj: www.uvzsr.sk

Príloha č. 2

Sanitačný plán

Predmet	Druh a koncentrácia dezinfekčného roztoku		Expozícia (min.)	Poznámka
Podlahy	Chloramin T	3%	30 min.	2 x denne umyť pripraveným pracovným roztokom a nechať zaschnúť
Stoly, stoličky, parapety, vozíky	Chloramix DT	2 tbl/2,5L	30min.	Denne vytrieť na mokro pripraveným roztokom a nechať zaschnúť
Chladničky	Chloramix DT	1 tbl/1L	30 min.	Po odmrazení mechanicky očistiť a vytrieť dezinfekčným roztokom 1x týždenne
Kuchynské riady	Chloramix DT	2 tbl/10L	30min.	Po umytí ponoriť do dezinf. roztoku a potom opláchnuť, neutierať!!
Umývadlá	Chloramix DT	2 tbl/10L	10 min/Z	Denne umyť a vytrieť dezinfekčným prostriedkom, nechať pôsobiť uvedený čas, opláchnuť
Steny, lakované nátery, kľučky, vodovodné batérie	Chloramix DT-	2 tbl/10l	30min.	Naniesť na plochy, neoplachovať, nechať zaschnúť Týždenne
Koše na odpadky	Chloramix DT Chloramin T	2 tbl/10L 2%	do zaschnutia	po vyprázdnení mechanicky očistiť a vymyť dezinfekčným prostriedkom zvonku aj vo vnútri
Záchody	Chloramix DT	2 tbl/10L	Zaliat dez. roztokom a nechať pôsobiť 30min.	Podľa potreby min 2x denne umyť dezinfekčným roztokom sedadlá, kľučky, steny, podlahu, do misy naliať dezinfekčný roztok nechať pôsobiť/ pozor nie jednou utierkou!
Kefa na WC	ChloramixDT ChloraminT	2 tbl/10L 2%	Ponoriť	trvale namáčať v dezinfekčnom roztoku, ktorý sa denne mení
Prostriedky na upratovanie: handry, mopy, kefy, vedrá	Chloramix DT	8 tbl/10L	30 min	po upratovaní dobre vypláchnuť vodou, dezinfikovať určený čas, opláchnuť, osušiť a raz týždenne vyprať v pračke
Sifóny	Chloramix DT	1 tbl/sifón	30 min.	Vložiť do otvoru a nechať rozpustiť. Odporúčame vložiť (zaliat) po prac. dobe a nechať do nasledujúceho dňa.
Vane umývadlá, pisoáre, sprchovacie kúty	Chloramix DT	1tbl. na 5L vody	Na rohože a rošty v sprchovacích kútoch Savo proti plesniam	mechanicky očistiť, potom nastriekať dezinfekčný nechať pôsobiť u vane do ďalšieho použitia. Pri pisoároch preliať niekoľkokrát denne.
Drez na umývanie riadu	Chloramix DT	1 tbl. na 5L vody	30min.	po mechanickom očistení saponátom poliať celú plochu a naliať aj do odpadu. Neoplachovať!!