

w sprawie ustalenia Planu działań w celu ograniczenia ryzyka zarażenia się koronawirusem SARS-CoV-2 w Ośrodku Sportu i Rekreacji w Suwałkach

Na podstawie § 4 ust. 6 pkt 8 Statutu Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach nadanego uchwałą Nr XL/432/2013 Rady Miejskiej w Suwałkach z dnia 25 września 2013 r., zmienionego uchwałą Nr XXIV/295/2016 z dnia 26 października 2016 r. i uchwałą Nr XLVI/567/2018 z dnia 30 maja 2018 r. w sprawie zmiany uchwały w sprawie statutu Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach oraz na podstawie materiału przygotowanego przez Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy w uzgodnieniu z Głównym Inspektorem Pracy pn. Bezpieczeństwo i ochrona zdrowia osób pracujących w czasie epidemii COVID-19 z dnia 20.05.2020r. zarządzam co następuje:

§ 1.

Ustalam Plan działań w celu ograniczenia ryzyka zarażenia się koronawirusem SARS-CoV-2 w Ośrodku Sportu i Rekreacji w Suwałkach w brzmieniu określonym w załączniku do niniejszego zarządzenia, zwany dalej Planem.

§ 2.

Treść Planu została podana do wiadomości pracowników, w sposób przyjęty w Ośrodku Sportu i Rekreacji w Suwałkach, tj. poprzez wywieszenie, na okres 14 dni, Planu na tablicy ogłoszeń znajdującej się w budynku administracji, opublikowanie w Biuletynie Informacji Publicznej i Intranecie oraz przekazanie samodzielnym stanowiskom i kierownikom wyodrębnionych komórek organizacyjnych Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach celem przekazania treści dokumentu do wiadomości podległych służbowo pracowników.

§ 3.

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

DYREKTOR
Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach
mgr Waldemar Borysewicz

Plan działań w celu ograniczenia ryzyka zarażenia się koronawirusem SARS-CoV-2 w Ośrodku Sportu i Rekreacji w Suwałkach

1. Opracowanie planu działań w celu ograniczenia ryzyka związanego z narażeniem na SARS-CoV-2 w Ośrodku Sportu i Rekreacji w Suwałkach.

W celu ograniczenia ryzyka związanego z narażeniem pracowników Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach na SARS-CoV-2 opracowano plan działań zapobiegawczych, którego wykonanie nakazuje się kierownikom komórek organizacyjnych Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach.

Przy opracowywaniu planu wzięto pod uwagę przede wszystkim:

- 1) wymagania przepisów prawnych i zalecenia organów administracji państwowej, obowiązujące podczas epidemii;
- 2) rodzaje prac wykonywanych w Ośrodku Sportu i Rekreacji w Suwałkach, zwanego dalej także zakładem pracy, i towarzyszące im prawdopodobieństwo zarażenia SARS-CoV-2 w pracy;
- 3) liczbę osób pracujących, z podziałem na zespoły wspólnie realizujące określone zadania;
- 4) infrastrukturę zakładu pracy (w tym warunki lokalowe);
- 5) rozwiązania techniczne zapobiegające rozprzestrzenianiu się szkodliwych czynników biologicznych.

Wzięto także pod uwagę, że prawdopodobieństwo zarażenia SARS-CoV-2 w pracy zwiększają:

- 1) kontakty społeczne (między pracownikami, a także pracowników z osobami spoza zakładu pracy – klientami, kontrahentami, podwykonawcami itp.);
- 2) wspólne użytkowanie wyposażenia roboczego, maszyn i narzędzi oraz innych przedmiotów używanych w zakładzie pracy;
- 3) wspólne korzystanie z pomieszczeń sanitarnych, ciągów komunikacyjnych i pomieszczeń socjalnych.

Podejmowane działania uwzględniają wszystkie czynniki zwiększające prawdopodobieństwo zarażenia SARS-CoV-2 a zastosowane środki profilaktyczne dostosowano do potrzeb zakładu pracy.

2. Środki ograniczające ryzyko związane z narażeniem na SARS-CoV-2.

2.1. Zapewnienie dystansu fizycznego.

Jednym z podstawowych środków ograniczających prawdopodobieństwo zarażenia SARS-CoV-2 w miejscu pracy jest zapewnienie odpowiedniego dystansu fizycznego pomiędzy pracownikami. Aby osiągnąć ten cel należy:

- 1) ograniczyć liczbę osób przebywających równocześnie:
 - a) na terenie zakładu pracy;
 - b) w pomieszczeniach sanitarnych, pomieszczeniach socjalnych i szatniach (na przykład przez rotacyjną organizację przerw i informację o aktualnym użytkowaniu pomieszczenia umieszczoną na zewnątrz pomieszczenia);
- 2) umiejscowić stanowiska pracy w taki sposób, aby zapewnić zachowanie między nimi odległości co najmniej 1,5 m (chyba że jest to niemożliwe ze względu na charakter działalności wówczas zapewnić środki ochrony osobistej związane ze zwalczaniem epidemii COVID-19);

- 3) określić zasady korzystania z ciągów komunikacyjnych (m.in. schody, korytarze) np. poprzez wprowadzenie ruchu jednokierunkowego;
- 4) unikać powstawania skupisk ludzi (wejścia do budynków w godzinie rozpoczęcia pracy czy opuszczania budynku po jej zakończeniu, miejsca potwierdzania obecności stanowiska wydawania narzędzi i materiałów itp.).

Ponieważ praca wykonywana w Ośrodku Sportu i Rekreacji w Suwałkach wiąże się z kontaktami bezpośrednimi z innymi pracownikami lub klientami, do środków ograniczających prawdopodobieństwo zarażenia SARS-CoV-2 należą:

- 1) praca w zespołach o stałym składzie i ograniczonej liczbie kontaktujących się bezpośrednio ze sobą pracowników (2-3 osoby);
- 2) zastosowanie przezroczystych ekranów, np. ze szkła lub tworzywa sztucznego, oddzielających pracowników od klientów, kontrahentów itp.;
- 3) ograniczenie czasu bezpośredniego kontaktu (do max. 15 minut);
- 4) stosowanie środków ochrony indywidualnej – np. masek ochronnych, przyłbic, rękawic jednorazowych, środków do dezynfekcji rąk oraz powierzchni roboczych.

Nakazuje się rezygnację z organizowania spotkań (np. szkoleń, zebrań) wymagających bezpośredniej fizycznej obecności pracowników. Powinny być one zastąpione przez tele- lub wideokonferencje. Jeżeli spotkanie z fizycznym udziałem pracowników jest bezwzględnie konieczne, należy ograniczyć liczbę uczestników (maksymalnie do 15), zapewnić zachowanie między nimi bezpiecznej odległości, tj. minimum 1,5 m oraz maksymalnie skrócić czas spotkania.

2.2. Ograniczenie kontaktów bezpośrednich z osobami spoza zakładu pracy.

Pracownikom Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach:

- 1) zalecam wykorzystywanie komunikacji elektronicznej, jeżeli tylko jest to możliwe. ;
- 2) do niezbędnego minimum ograniczam podróże służbowe i spotkania wymagające bezpośrednich kontaktów pracowników z osobami spoza zakładu pracy;
- 3) w przypadku konieczności bezpośredniego kontaktu z osobami z zewnątrz na terenie zakładu pracy zalecam informowanie osób z zewnątrz o zasadach obowiązujących aktualnie w zakładzie pracy w celu ograniczenia ryzyka związanego z narażeniem na SARS-CoV-2 (np. plakaty informacyjne, komunikaty, ogłoszenia, itp.);
- 4) zalecam, za zgodą osób wizytujących, pomiar ich temperatury (na obszarze czoła lub dolnej części szyi);
- 5) zalecam pracownikom korzystanie z transportu indywidualnego, a ograniczenie korzystania ze zbiorowego.

2.3. Przestrzeganie zasad higieny w miejscu pracy.

Do osiągnięcia skutecznego ograniczenia prawdopodobieństwa zarażenia pracowników Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach SARS-CoV-2 wdrażam i nakazuję ściśle przestrzeganie zasad higieny w miejscu pracy w tym:

- 1) codzienną dezynfekcję miejsc przebywania, w tym często dotykanych powierzchni (klamki, blaty robocze, biurka, klawiatury, umywalki, toalety, dozowniki mydła i inne);
- 2) codzienne sprzątanie „na mokro” z użyciem detergentów podłóg, stołów, krzeseł, szafek w pomieszczeniach zakładu pracy;
- 3) usunięcie gazet, czasopism i broszur informacyjnych z pomieszczeń socjalnych, poczekalni i recepcji;
- 4) regularne czyszczenie i dezynfekcję pojazdów firmowych oraz ich wyposażenie w środki do dezynfekcji rąk oraz papierowe ręczniki i worki na śmieci;
- 5) ograniczenie liczby pracowników korzystających wspólnie z tego samego wyposażenia i narzędzi pracy. W przypadku konieczności ich wykorzystywania przez

kilka osób zalecana jest ich częsta dezynfekcja, a także obowiązkowe używanie przez te osoby rękawic jednorazowych;

- 6) w przypadku wspólnego korzystania z naczyń stołowych w pomieszczeniach socjalnych dezynfekcję przyborów kuchennych po ich użyciu przez pracownika;
- 7) korespondencję, przesyłki pocztowe lub dostarczone przez kurierów w miarę możliwości pozostawiać na 24 godziny w pojemnikach przeznaczonych wyłącznie do tego celu, umieszczonych w wydzielonym do tego miejscu. Przesyłki przed włączeniem do dalszego obiegu powinny być zdezynfekowane.
- 8) stosowanie przed wejściem do budynków stanowisk dezynfekcji (np. środek do dezynfekcji rąk na bazie alkoholu min. 60%, mata dezynfekcyjna).

Pracownik jest obowiązany:

- 1) przed rozpoczęciem pracy, tuż po przyjsciu do pracy, obowiązkowo umyć ręce wodą z mydłem;
- 2) nosić osłonę nosa i ust, maskę ewentualnie przyłbicę, podczas bezpośredniej obsługi interesantów lub klientów; jeśli to niemożliwe - maksymalnie zwiększyć odległość pomiędzy osobami (minimum 2 metry);
- 3) dezynfekować ręce po zakończeniu bezpośredniej obsługi każdego klienta;
- 4) zachować bezpieczną odległość od klientów i współpracowników poza stanowiskiem pracy (na stanowisku pracy 1,5 m, poza rekomendowane są minimum 2 m);
- 5) regularnie, często i dokładnie myć ręce wodą z mydłem, zgodnie z instrukcją znajdującą się przy umywalce i dezynfekować osuszone dłonie środkiem na bazie alkoholu (min. 60%);
- 6) podczas kaszlu i kichania zakrywać usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce;
- 7) starać się nie dotykać dłońmi okolic twarzy, zwłaszcza ust, nosa i oczu;
- 8) dołożyć wszelkich starań, aby stanowiska pracy były czyste i higieniczne, szczególnie po zakończonym dniu pracy. Należy pamiętać o dezynfekcji powierzchni dotykowych, takich jak słuchawka telefonu, klawiatura i myszka, włączniki świateł czy biurka oraz innego sprzętu używanego przez pracowników. Używać swoich przyborów i akcesoriów (jak długopis, akcesoria czy urządzenia biurowe, itp.);
- 9) regularnie (kilka razy w ciągu dnia) czyścić powierzchnie wspólne, z którymi stykają się klienci i przestrzegać, aby przy stanowisku pracy znajdowała się 1 osoba - wyznaczenie na podłodze stref zapewniających zachowanie odpowiednich odległości między klientami przed recepcją;
- 10) unikać dojazdów do pracy środkami komunikacji publicznej, jeżeli istnieje taka możliwość.

W Ośrodku Sportu i Rekreacji w Suwałkach zapewnia się dostęp do miejsc, w których pracownicy, klienci i kontrahenci mogą myć ręce mydłem i wodą, a następnie dezynfekować je odpowiednimi środkami na bazie alkoholu, oraz czytelną informację o tym, jak skutecznie myć i dezynfekować ręce (instrukcje).

Biorąc pod uwagę, że SARS-CoV-2 szczególnie łatwo rozprzestrzenia się w pomieszczeniach zamkniętych oraz przy dłuższej ekspozycji zbiorowej, w celu zapewnienia odpowiedniej wymiany powietrza w pomieszczeniach pracy nakazują:

- 1) w budynkach bez mechanicznej instalacji wentylacyjnej regularnie wietrzyć pomieszczenia: okresowo w ciągu dnia pracy (10 min co 1 godz.) oraz minimum 2 godz. przed rozpoczęciem i 2 godz. po zakończeniu użytkowania pomieszczenia;
- 2) w budynkach z mechaniczną instalacją wentylacyjną wprowadzić dłuższe czasy jej pracy; unikać centralnej i miejscowej recyrkulacji powietrza (z wyjątkiem centrali

wentylacyjnych i sekcji recyrkulacyjnych wyposażonych w wysoko skuteczne filtry powietrza powrotnego).

2.4. Środki ochrony indywidualnej.

Pracodawca zapewnia pracownikom Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach:

- 1) rękawiczki jednorazowe lub środki do dezynfekcji rąk. Dozowniki z płynem do dezynfekcji rąk są również dostępne dla interesantów/klientów w obszarze wejścia głównego;
- 2) przyłbice lub maseczki ochronne, ponadto – jeśli to możliwe – zamontowano przesłony ze szkła lub przezroczystego tworzywa sztucznego, izolujące stanowiska pracy od osób oczekujących w kolejce do np. stanowiska obsługi, szatni, kasy/recepcji;
- 3) kombinezony ochronne, rękawice i obuwie (dla pracowników skierowanych do dezynfekcji terenów Ośrodka i Miasta Suwałki).

Środki ochrony indywidualnej muszą być używane i dezynfekowane we właściwy sposób. Obowiązkowo należy przeszkolić pracowników w zakresie sposobu zakładania i zdejmowania środków ochrony indywidualnej, ponieważ ich nieprawidłowe stosowanie, a zwłaszcza zdejmowanie jest częstym powodem zarażeń.

3. Komunikowanie się z pracownikami oraz podejmowane środki zapobiegawcze związane z obciążeniami psychicznymi spowodowanymi epidemią COVID-19.

Jednym z podstawowych warunków skutecznego wdrożenia środków ograniczających prawdopodobieństwo zarażenia SARS-CoV-2 jest wprowadzenie procedur komunikowania się z pracownikami. W związku z tym zaleca się zapewnienie:

- 1) zrozumiałego informowania pracowników o wprowadzonych środkach ograniczających prawdopodobieństwo zarażenia SARS-CoV-2 oraz sposobach ich stosowania;
- 2) możliwości zgłaszania przez pracowników sugestii, obaw, a także postulatów dotyczących usprawnienia organizacji ich pracy.
- 3) zapewnienie pracownikom pomocy przy realizacji zadań w warunkach epidemii, w tym umożliwienie pracownikom indywidualnego podejścia do godzin pracy;
- 4) zapewnienie pracownikom możliwości powierzenia okresowo pracy niewymagającej kontaktu z innymi pracownikami lub osobami postronnymi;
- 5) zapobieganie narażeniu na stygmatyzowanie, izolowanie od zespołu i pomijanie w życiu społeczności pracowników osób, które przeszły chorobę COVID-19.

4. Postępowanie w przypadku podejrzenia zachorowania na COVID-19

1. Pracownicy Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach w przypadku wystąpienia niepokojących objawów wskazujących na chorobę zakaźną nie powinni przychodzić do pracy i powinni pozostać w domu.
2. W przypadku wystąpienia u pracownika wykonującego swoje zadania na stanowisku pracy niepokojących objawów sugerujących zakażenie koronawirusem należy niezwłocznie odsunąć go od pracy, powiadomić właściwą miejscowo stację sanitarno-epidemiologiczną i odesłać z miejsca pracy transportem indywidualnym (transport własny lub sanitarny). Należy wstrzymać przyjmowanie interesantów/klientów i stosować się ściśle do otrzymywanych instrukcji i poleceń.
3. Należy ustalić listę osób, które miały bezpośredni kontakt z tym pracownikiem i przekazać do właściwej miejscowo stacji sanitarno-epidemiologicznej.
4. Pracownik powinien oczekiwać na transport w wyznaczonym pomieszczeniu, w którym jest możliwe czasowe odizolowanie go od innych osób. Jeśli nie ma takiego

pomieszczenia należy wydzielić obszar, w którym osoba będzie odseparowana od innych w odległości minimum 2 m z każdej strony.

5. Zaleca się ustalenie obszaru, w którym poruszał się i przebywał pracownik, przeprowadzenie rutynowego sprzątnia, zgodnie z procedurami zakładowymi oraz zdezynfekowanie powierzchni dotykowych (klamki, poręcze, uchwyty, biurka, urządzenia, itp.).
6. Rekomenduje się stosowanie się do zaleceń państwowego powiatowego inspektora sanitarnego przy ustalaniu, czy należy wdrożyć dodatkowe procedury biorąc pod uwagę zaistniały przypadek.
7. Zaleca się bieżące śledzenie informacji Głównego Inspektora Sanitarnego i Ministra Zdrowia, dostępnych na stronach gis.gov.pl lub gov.pl/web/koronawirus, a także obowiązujących przepisów prawa.

5. Postępowanie w przypadku podejrzenia zakażenia u interesanta/ klienta:

1. W przypadku stwierdzenia wyraźnych oznak choroby, jak uporczywy kaszel, złe samopoczucie, trudności w oddychaniu, klient/interesant nie powinien zostać wpuszczony na teren obiektu lub biura Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach. Powinien zostać poinstruowany o jak najszybszym zgłoszeniu się do najbliższego oddziału zakaźnego celem konsultacji z lekarzem, poprzez udanie się tam transportem własnym lub powiadomienie 999 albo 112.
2. Zgłoszenie incydentu do bezpośredniego przełożonego, co umożliwi ustalenie obszaru, w którym poruszała się i przebywała osoba, przeprowadzenie rutynowego sprzątnia oraz zdezynfekowanie powierzchni dotykowych (klamki, poręcze, uchwyty, itp.).
3. Ustalenie listy pracowników oraz użytkowników, o ile to możliwe, obecnych w tym samym czasie w obiekcie/biurze, którzy mieli kontakt z zakażonym i przekazanie zalecenia stosowania się do wytycznych Głównego Inspektora Sanitarnego dostępnych na stronie gov.pl/web/koronawirus/ oraz gis.gov.pl.

Powyższe wytyczne stanowią ogólne zasady postępowania profilaktycznego do zastosowania w Ośrodku Sportu i Rekreacji w Suwałkach. Zostały one opracowane z uwzględnieniem wymagań przepisów i stanu wiedzy na dzień 09.06.2020 r.

Szczegółowe wytyczne dotyczące procedur zapewnienia bezpieczeństwa pracowników i klientów zawierają Regulaminy bezpiecznego funkcjonowania poszczególnych obiektów Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach w czasie epidemii koronawirusa SARS-COV-2.

DYREKTOR
Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach
mgr Waldemar Borysewicz