

COVID-19-ի ընդհանուր ստուգացանկ Գրասենյակային տարածքների համար

2 հուլիսի, 2020թ.

Այս ստուգացանկը նախատեսված է օգնելու գրասենյակային տարածքների աշխատողներին իրականացնել COVID-19-ի տարածումը աշխատավայրում կանխելու իրենց պլանը և լրացնում է [գրասենյակային տարածքների համար ուղեցույցին](#): Սույն ստուգացանկն ամփոփում է և ուղեցույցի որոշ հատվածների սղագրություն և պարունակում. ծանոթացե՛ք ուղեցույցներին՝ նախքան ստուգացանկից օգտվելը:



Աշխատավայրերի համար գրված առանձնահատուկ ծրագրի բովանդակություններ

- ☐ Այն անձը (անձինք), ովքեր պատասխանատու են ծրագրի իրականացման համար:
- ☐ Վտանգի գնահատում և միջոցառումներ, որոնք պետք է ձեռնարկվեն՝ վիրուսի տարածումը կանխելու համար:
- ☐ Դիմակների օգտագործում՝ համաձայն [CDPH ցուցումների](#):
- ☐ Ծրագրի վերաբերյալ աշխատակիցների և աշխատակիցների ներկայացուցիչների վերապատրաստում և նրանց հետ հաղորդակցություն:
- ☐ Գործընթաց՝ ստուգելու համապատասխանությունը և փաստաթղթերով հասատելու և շտկելու թերությունները:
- ☐ Գործընթաց՝ հետաքննելու COVID-ի դեպքերը, զգուշացնելու տեղական առողջապահական վարչությանը, ինչպես նաև գտնելու և մեկուսացնելու աշխատավայրին մոտ կոնտակտներին և վարակված աշխատողներին:
- ☐ Արձանագրություններ այն մասին, թե երբ է աշխատավայրում սկսվել վարակը՝ համաձայն [CDPH ուղեցույցի](#):



Աշխատակիցների վերապատրաստման թեմաներ

- ☐ Տեղեկություններ [COVID-19-ի վերաբերյալ](#), կանխելու տարածումը, և այն, թե ով է հատկապես խոցելի:
- ☐ Ինքնաքննիչ տանը, ներառյալ ջերմության և/կամ ախտանիշների ստուգում՝ օգտվելով [CDC ուղեցույցներից](#):
- ☐ Աշխատանքի չգալու կարևորությունը, եթե աշխատողները հազ, ջերմություն, դժվար շնչառության, դող, մկանների ցավ, գլխացավ, կոկորդի ցավ, վերջին ժամանակներում համի կամ հոտի կորուստ , քթի խցանում կամ քթից հոսք, սրտխառնոց կամ փսխում կամ փորլուծություն ունեն, կամ եթե նրանք կամ ինչ-որ մեկը, ում հետ նրանք կապ են ունեցել, ախտորոշվել է COVID-19-ով:

- COVID-19-ի ախտորոշումից հետո աշխատանքի վերադառնալ միայն 10 օր անց՝ սկսած ախտանշանների սկզբից և առանց տաքության 72 ժամ անցնելուց հետո:
- Ե՞րբ բժշկական օգնություն խնդրել:
- Ձեռք լվանալու կարևորությունը:
- Ֆիզիկական հեռավորության կարևորությունն ինչպես աշխատանքի, այնպես էլ աշխատանքից դուրս ժամանակահատվածում:
- Դեմքի կտորե դիմակների պատշաճ օգտագործում, այդ թվում՝ [CDPH ցուցումներում ներառված տեղեկությունները](#):
- Վճարովի արձակուրդի նպաստների մասին տեղեկատվությունը, ներառյալ [Ընտանիքների՝ կորոնավիրուսի առաջին արձագանքման ակտը](#) և աշխատողների փոխհատուցման նպաստներն ըստ Նահանգապետի [Թիվ-62-20](#) գործադիր կարգադրության, մինչ այդ կարգադրությունն ուժի մեջ է:
- Այս կանոնների առնչությամբ վերապատրաստեք ցանկացած անկախ կապալառուներին, ժամանակավոր կամ պայմանագրային աշխատողներին և երաշխավորեք, որ նրանք համապատասխան անձնական պաշտպանիչ սարքավորումներ (PPE) ունեն:



Անձնական վերահսկման միջոցառումներ և սքրինինգ

- Ախտանշանների սքրինինգ և/կամ ջերմության ստուգում:
- Խրախուսեք, որ այն աշխատողները, ովքեր հիվանդ են կամ COVID-19-ի արտահայտված ախտանիշներ ունեն, մնան տանը:
- Խրախուսեք ձեռքերի հաճախակի լվացումը և ձեռքի ախտահանիչի օգտագործումը:
- Տրամադրեք և երաշխավորեք, որ աշխատողներն օգտագործեն բոլոր անհրաժեշտ PPE:
- Մեկանգամյա օգտագործման ձեռնոցներ տրամադրեք աշխատողներին՝ որպես հաճախակի ձեռք լվանալու հավելյալ միջոց այնպիսի աշխատանքների համար, ինչպիսիք են հաճախ դիպչված ապրանքները բռնելը կամ ախտանշանների սքրինինգ կատարելը:
- Տեղադրեք ազդանշաններ՝ հիշեցնելու աշխատողներին օգտագործել դիմակներ, պահպանել ֆիզիկական հեռավորություն, չդիպչել իրենց դեմքին, լվանալ ձեռքերը օժառոժ առնվազն 20 վայրկյան տևողությամբ, ինչպես նաև օգտագործել ձեռքի ախտահանիչ:



Մաքրության և ախտահանման կանոններ

- Բարձր երթևեկության հատվածներում մանրակրկիտ մաքրություն կատարեք:
- Հաճախ ախտահանեք սովորաբար հպման ենթակա մակերևույթները և անձնական աշխատանքի տարածքները:
- Յուրաքանչյուր օգտագործման միջև մաքրեք և ախտահանեք համատեղ օգտագործված սարքավորումները:
- Դիպչելու ենթակա մակերեսները մաքրեք հերթափոխերի կամ գործածությունների միջև ընկած ժամանակահատվածում, որն ավելի հաճախ տեղի ունենա:
- Կահավորեք համօգտագործվող տարածքները ախտահանման պատշաճ միջոցներով, ներառյալ ձեռքերի ախտահանման միջոցները և ախտահանող անձեռոցիկները և ապահովեք դրանց առկայությունը:

- ❑ Երաշխավորեք, որ սանիտարական պարագաները մշտապես օգտագործման ենթակա և պահեստավորված լինեն:
- ❑ Օգտվեք այն ապրանքներից, որոնք հաստատված են COVID-19-ի դեմ օգտագործելու համար՝ [Շոջակա միջավայրի պաշտպանության գործակալության \(EPA\) կողմից հաստատված](#) ցանկից, և աշխատողներին վերապատրաստեք քիմիական վնասակար նյութերի, ապրանքների ցուցումների, օդափոխման պահանջների և Cal/OSHA պահանջների վերաբերյալ: Հետևեք CDPH-ի՝ [ասթմայի համար ապահով մաքրության մեթոդներին](#):
- ❑ Աշխատողներին ժամանակ տրամադրեք մաքրությանն առնչվող գործողություններն իրականացնելու հերթափոխերի ընթացքում, ինչպես նաև ի նկատի ունեցեք մաքրությամբ զբաղվող երրորդ կողմի ընկերություններին:
- ❑ Հնարավորության դեպքում տեղադրեք հեռավար օգտագործման սարքեր:
- ❑ Հատակները մաքրեք HEPA զտիչ ունեցող փոշեկուլներով կամ այլ մեթոդներով, որոնք օդի մեջ ախտածին մանրէներ չեն ցրում:
- ❑ Դիտարկեք արդիացումներ՝ օդի զտումը և օդափոխությունը բարելավելու համար:



Ֆիզիկական հեռավորության ուղեցույցներ

- ❑ Միջոցառումներ ձեռնարկեք՝ աշխատողներին և հաճախորդներին ֆիզիկապես առնվազն վեց ոտնաչափ առանձնացնելու համար՝ օգտագործելով այնպիսի միջոցներ, ինչպիսիք են ֆիզիկական արգելապատերը կամ տեսողական ակնարկները (օրինակ՝ հատակի նշումներ, գունավոր երիզ կամ նշաններ՝ ցույց տալու, թե որտեղ պետք է կանգնեն աշխատողները):
- ❑ Վերակազմաձևեք գրասենյակային տարածքները, խցերը և այլն, և նվազեցրեք գիտաժողովների և հանդիպումների կազմակերպման տարածքների առավելագույն կարողությունները:
- ❑ Կարգավորեք անձամբ հանդիպումները, եթե դրանք անհրաժեշտ են, ապա ֆիզիկական հեռավորություն երաշխավորեք:
- ❑ Կարգավորեք աշխատողների ընդմիջումները՝ աշխատավարձի և ժամային կարգավորումներին համապատասխան, եթե անհրաժեշտ է:
- ❑ Վերակազմաձևեք, սահմանափակեք կամ փակեք ընդհանուր տարածքները և տրամադրեք այլընտրանքային տարածքներ, որտեղ հնարավոր է ապահովել ֆիզիկական հեռավորություն:
- ❑ Սահմանափակեք վերելակով երթևեկողների քանակը:
- ❑ Օգտագործեք այնպիսի աշխատանքային գործելակերպեր, ինչպիսիք են հեռավար աշխատանքը և փոփոխված աշխատանքային գրաֆիկները, երբ դա հնարավոր է և անհրաժեշտ՝ աշխատավայրում միաժամանակ գտնվող աշխատողների քանակը սահմանափակելու նպատակով:
- ❑ Կուտակումները կանխելու նպատակով անձնակազմին հրահանգեք ուղղորդել հյուրերին հանդիպումների սրահ: