

## COVID-19-ի ընդհանուր ստուգացանկ Ընտանեկան ժամանցի կենտրոնների համար

2 հուլիսի, 2020թ.

Սույն ստուգացանկը նախատեսված է օգնել ընտանեկան ժամանցի կենտրոններին իրականացնել իրենց ծրագիրը՝ կանխելու COVID-19-ի տարածումն աշխատավայրում, որը նաև լրացնում է [Ընտանեկան ժամանցի կենտրոնների գուցումներին](#): Սույն ստուգացանկն ամփոփում է և ուղեցույցի որոշ հատվածների սղագրությունն է պարունակում. ծանոթացե՛ք ուղեցույցներին՝ նախքան ստուգացանկից օգտվելը:



### Աշխատավայրի առանձնահատուկ գրավոր 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 գուցումների](#):
- ☐ 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:
- ☐ Կանոններ այն մասին, երբ աշխատավայրում վարակի բռնկում կա՝ համաձայն [CDPH գուցումների](#):



### Աշխատակիցների վերապատրաստման թեմաներ

- ☐ Տեղեկություններ [COVID-19-ի վերաբերյալ](#), կանխելու տարածումը, և այն, թե ով է հատկապես խոցելի:
- ☐ Ինքնապրոհական տանը, ներառյալ ջերմության և/կամ ախտանշանների ստուգում՝ օգտվելով [CDC-ի 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 ախտանիշների 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 կտորեղեն դիմակների պատշաճ օգտագործում, այդ թվում՝ [CDPH ցուցումներում ներառված տեղեկությունները](#):
- Տեղեկություններ վճարովի արձակուրդի վերաբերյալ, այդ թվում՝ [Ընտանիքների՝ կորոնավիրուսի առաջին արձագանքման ակտը](#) և նահանգապետի՝ [Թիվ-51-20 գործադիր կարգադրությունը](#), ինչպես նաև աշխատակիցների փոխհատուցման նպաստները՝ 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:
- Այն աշխատողներին և այցելուներին, ովքեր հիվանդ են կամ COVID-19-ի արտահայտված ախտանիշներ ունեն, խրախուսեք մնալ տանը:
- Տրամադրեք և երաշխավորեք, որ աշխատողներն օգտագործեն բոլոր անհրաժեշտ PPE:
- Խրախուսեք ձեռքերի հաճախակի լվացումը և ձեռքի ախտահանիչի օգտագործումը:
- Ի նկատի ունեցեք որպես հավելում հաճախակի ձեռք լվալուն, ձեռնոցներ տրամադրել այն աշխատողներին, ովքեր հաճախ դիպչված իրեր են բռնում կամ ախտանշանների սքրինինգ են կատարում: Ձեռնոցներ տրամադրեք այն աշխատակիցներին, ովքեր մարմնի հեղուկներով վարակված իրեր են բռնում:
- Հանրությանը հիշեցրեք, որ նրանք պետք է դիմակ օգտագործեն և ֆիզիկական հեռավորություն պահպանեն, երբ հնարավոր է: Երկու տարեկանից ցածր մանուկները և երեխաները չպետք է դիմակ կրեն:
- Հյուրերին հիշեցրեք դիմակ բերել, և դիմակ տրամադրեք առանց դիմակի եկողներին:
- Հաճախորդների և մուտք(եր)ի մոտ կանգնած անձնակազմի համար կանոնների շարք հրապարակեք, որոնք պետք է մուտք գործելու պայման լինեն, ներառյալ այնպիսի կանոններ, ինչպիսիք են ձեռքի ախտահանիչ օգտագործելը, այլ հաճախորդներից ֆիզիկական հեռավորություն պահպանելը և այլն:



# Մաքրության և ախտահանման կանոններ

- ❑ Բարձր երթևեկության հատվածներում մանրակրկիտ մաքրություն կատարեք:
- ❑ Հաճախակի ախտահանեք հաճախ օգտագործվող մակերեսներ:
- ❑ Վարձակալված կամ համատեղ օգտագործված սարքավորումներն ախտահանեք՝ նախքան դրանք տրամադրելը, ինչպես նաև երբ հաճախորդն օգտագործելուց հետո դրանք վերադարձնի:
- ❑ Մատչելի պահարաններում փակեք ինքնասպասարկվող իրերի ընտրության տարածքը, ինչպիսիք են բոուլինգի գնդակները, և այս իրերն անձամբ հաճախորդներին տվեք:
- ❑ Գործողությունների ողջ տարածքով մեկ, նախասրահներում և ծառայության տարածքներում ձեռքի ախտահանիչներ տրամադրեք հաճախորդներին և աշխատակիցներին: Հաճախորդներին խրախուսեք ձեռքի ախտահանիչ օգտագործել:
- ❑ Նշաններ դրեք՝ հանրությանը հիշեցնելու, որ չդիպչեն իրենց աչքերին, քթին կամ բերանին: Ի նկատի ունեցեք հանրությանը մեկանգամյա օգտագործման ձեռնոցներ և դրանք նետելու միջոցներ տրամադրել:
- ❑ Երբ հնարավոր է մեկանգամյա օգտագործման իրեր տրամադրեք, ինչպիսիք են արդյունքների արձանագրությունները, մատիտները, 3D ակնոցներ և այլն: Հակառակ դեպքում ախտահանեք այդ ապրանքները հաճախորդների օգտագործումից առաջ և հետո:
- ❑ Յուրաքանչյուր հաճախորդի գործողությունների տարածքը յուրաքանչյուր օգտագործումից հետո մաքրեք և ախտահանեք, այդ թվում՝ սեղանները, մանկական նստատեղերը, հպման էկրանները և այլն՝ երաշխավորելով արդյունավետության նվազագույն շփման ժամանակահատվածը:
- ❑ Պարբերաբար մաքրեք և ախտահանեք այն մակերեսները, որոնք համատեղ օգտագործվում են աշխատակիցների կողմից՝ հերթափոխերի կամ օգտվողների միջև, որն ավելի հաճախ տեղի ունենա: Երբեք համատեղ մի՛ օգտագործեք PPE-ը:
- ❑ Աշխատակիցներին ժամանակ տրամադրեք մաքրությանն առնչվող գործողություններ կատարել իրենց հերթափոխերի ընթացքում՝ որպես իրենց աշխատանքային պարտականության մի մաս:
- ❑ Կայաններում, ընդունարանի սեղանների մոտ, աջակցման հատվածներում ձեռքի ախտահանիչ և ախտահանող անձեռոցիկներ տրամադրեք, իսկ հաճախորդներին ուղղակի աջակցություն ցուցաբերող աշխատողներին ձեռքի անձնական ախտահանիչներ տրամադրեք:
- ❑ Երաշխավորեք, որ սանիտարական պարագաները մշտապես օգտագործման ենթակա և պահեստավորված լինեն:
- ❑ Ռեսուրսներ տրամադրեք՝ խթանելու աշխատակիցների անձնական հիգիենան, ինչպես օրինակ՝ առանց դիպչելու աղբամաններ, օճառ, ախտահանող անձեռոցիկներ, ինչպես նաև համապատասխան ժամանակ՝ ձեռք լվալու համար:
- ❑ Համոզվեք, որ ջրային ողջ համակարգը և առանձնահատկությունները, ինչպիսիք են օրինակ՝ խմելու ջրի աղբյուրները և դեկորատիվ շատրվանները, ապահով են օգտագործման համար՝ հաստատության երկարաժամկետ փակված մնալուց հետո:
- ❑ Օգտագործեք այնպիսի ապրանքներ, որոնք հաստատված են COVID-19-ի դեմ օգտագործելու համար՝ [Շրջակա միջավայրի պաշտպանության գործակալության \(EPA\) կողմից հաստատված](#) ցանկից, և աշխատողներին վերապատրաստեք քիմիական վնասակար նյութերի, ապրանքի ցուցումների, օդափոխման պահանջների

և Cal/OSHA-ի պահանջների վերաբերյալ՝ ապահով օգտագործման համար: Հետևեք [ապրմայի համար ապահով մաքրության մեթոդներին, որոնք առաջարկվում են](#) CDP-ի կողմից:

- ❑ Կարգավորեք կամ փոփոխեք հաստատության ժամերը՝ համապատասխան ժամանակ տրամադրելու պարբերաբար կատարվող մանրակրկիտ մաքրության համար:
- ❑ Հնարավորության դեպքում տեղադրեք հեռավար օգտագործման սարքեր:
- ❑ Խրախուսեք հաճախորդների կողմից վճարային կամ վարկային քարտերի օգտագործումը:
- ❑ Չննեք առաքումները, և ախտահանման բոլոր անհրաժեշտ և համապատասխան միջոցառումները ձեռնարկեք, երբ ապրանք եք ստանում:
- ❑ Հատակները մաքրեք HEPA զտիչ ունեցող փոշեկուլներով կամ այլ մեթոդներով, որոնք օդի մեջ ախտածին մանրէներ չեն ցրում:
- ❑ Ի նկատի ունեցեք թարմացումները՝ բարելավելու օդի զտումը և օդափոխությունը:



## Ֆիզիկական հեռավորության ուղեցույցներ

- ❑ Կարգավորեք տարածքի առավելագույն զբաղեցման կանոնները՝ աջակցելու ֆիզիկական հեռավորությանը:
- ❑ Սահմանափակեք հաճախորդների խմբերը շենքում: Կարիք չկա, որ միևնույն տան մեջ ապրող մարդիկ վեց ոտնաչափ հեռավորությամբ մնան:
- ❑ Փակեք գնդակներով ավազանները, հոտավետ խորանարդիկներով ավազանները, խաղահրապարակները, մագլցելու կառուցվածքները, ցատկելու համար նախատեսված տնակները և այլն, որտեղ հյուրերը կարող են հավաքվել և դիչպել առարկաների, որոնք օգտագործումների միջև ընկած ժամանակահատվածներում չեն ախտահանվել:
- ❑ Մրցանակների վճարման կրպակների, նվերների խանութների և այլնի համար՝ օգտվեք մանրածախ հաստատությունների համար նախատեսված ուղեցույցներից:
- ❑ Եթե սննդի կամ խմիչքի թույլտվություն եք առաջարկում, ապա հաճախորդներին խրախուսեք առցանց կամ հեռախոսով պատվիրել, իսկ ապրանքները հասանելի դարձրեք վաճառակետի պիկապի համար: Տեսողական ակնարկներ օգտագործեք՝ երաշխավորելու, որ հաճախորդները հերթի մեջ սպասելիս առնվազն վեց ոտնաչափ ֆիզիկական հեռավորություն են պահպանում: Վաճառակետում անթափանց արգելապատեր տեղադրեք:
- ❑ Խաղերի, նստելու տեղերի և այլ տեսակի տարածքների միջև անթափանց արգելապատեր կամ միջնապատեր տեղադրեք՝ հաճախորդներին առանձնացնելու համար: Եթե հնարավոր չէ, օգտագործման համար փակեք գործողությունների մասը՝ երաշխավորելու, որ հաճախորդները կարող են մշտապես առնվազն վեց ոտնաչափ ֆիզիկական հեռավորություն պահպանել:
- ❑ Ժամանակին և/կամ նախապես պատվերով տոմսերի և նախապես նշանակված նստելու կամ գործողությունների տարածքի համակարգեր կիրառեք՝ այցելությունները կարգավորելու համար:
- ❑ Անձնակազմ հատկացրեք՝ հաճախորդներին աջակցելու, որպեսզի նրանք կառավարեն հաճախորդների շարժումները, երբ գործողությունները կարող են մարդկանց վեց ոտնաչափից պակաս հեռավորության բերել:
- ❑ Միջոցառումներ իրականացրեք՝ մարդկանց միջև առնվազն վեց ոտնաչափ ֆիզիկական հեռավորություն երաշխավորելու, օգտագործելով այնպիսի միջոցներ,

ինչպիսիք են ֆիզիկական արգելապատերը կամ տեսողական ակնարկները (օրինակ՝ հատակի նշումներ, գունավոր երիզ կամ նշաններ, որտեղ կնշվի, թե որտեղ պետք է կանգնեն աշխատակիցները և հաճախորդները):

- ☐ Նվազագույնի հասցրեք գանձապահների և հաճախորդների միջև շփումը: Որտեղ որ ֆիզիկական հեռավորություն հնարավոր չէ պահել, անթափանց արգելապատեր կիրառեք:
- ☐ Նվազագույնի հասցրեք այն ժամանակը, որը ծախսվում է հյուրերի վեց ոտնաչափից պակաս հեռավորության եղած դեպքում:
- ☐ Առանձին, նշանակված մուտքեր և ելքեր տրամադրեք հաստատություններում, գործողությունների տարածքներում, նստելու հատվածներում, աշխատակիցների աշխատանքային տարածքներում և այլն: Մեկ ուղղությամբ անցուղիներ ստեղծեք, եթե հնարավոր է:
- ☐ Ի նկատի ունեցեք փոփոխված պարտականություններ խնդրող աշխատակիցներին ընտրանքներ առաջարկել, որոնք նվազագույնի են հասցնում իրենց շփումը հաճախորդների և այլ աշխատակիցների հետ:
- ☐ Կրկին ձևավորեք աշխատավայրերը՝ աշխատակիցների միջև վեց ոտնաչափ հեռավորության հնարավորությունն թույլատրելով:
- ☐ Կարգավորեք անձամբ հանդիպումները, եթե դրանք անհրաժեշտ են, ապա ֆիզիկական հեռավորություն երաշխավորեք: Հանդիպումներն անցկացրեք դրսում կամ առցանց կամ հեռախոսով:
- ☐ Փակեք կամ սահմանափակեք ընդմիջումների սենյակներից օգտվելը, արգելապատեր օգտագործեք կամ տարածեք սեղանները/աթոռները: Երբ հնարավոր է, դրսում ընդմիջումների համար նախատեսված ծածկով և նստելու համար նախատեսված դասավորված տեղեր ստեղծեք, որոնք ֆիզիկական հեռավորություն են ապահովում:
- ☐ Փակ տարածքներում աշխատողների քանակի լրացուցիչ սահմանափակումներ կիրառեք՝ երաշխավորելու առնվազն վեց ոտնաչափ հեռավորությունը:
- ☐ Կարգավորեք աշխատողների ընդմիջումները՝ աշխատավարձի և ժամային կանոնակարգերին համապատասխան՝ ֆիզիկական հեռավորության կանոնները պահպանելով:
- ☐ Խնդրեք այն վաճառողներին, որոնցից պահանջվում է մուտք գործել հաստատություն, պարտադրել իրենց աշխատակիցներին հետևել դիմակներ կրելուն վերաբերող տեղական, նահանգային և դաշնային կառավարությունների ցուցումներին:
- ☐ Կրկին ձևավորեք կայանման տարածքները՝ սահմանափակելու կուտակման կետերը և պատշաճ առանձնացում երաշխավորելու համար:

# Լրացուցիչ նկատառումներ փակ տարածքներում կինոթատրոնների համար

- ☐ Յուրաքանչյուր թատրոնում սահմանափակեք այցելուների քանակը:
- ☐ Պատվերի համակարգ կիրառեք՝ սահմանափակելու միևնույն ժամանակ թատրոն մտնողների քանակը:
- ☐ Ուղղորդված մուտքի և ելքի ընտրանքներ ստեղծեք թատրոններում, որտեղ հնարավոր է:
- ☐ Կրկին ձևափոխեք, փակեք կամ որևէ այլ կերպ հեռացրեք օգտագործման համար նախատեսված նստարանները՝ այցելուների միջև առնվազն վեց ոտնաչափ ֆիզիկական հեռավորություն ապահովելու համար:
- ☐ Անձնակազմ հատկացրեք՝ վարագույրներից առաջ և հետո մարդկանց միջև հեռավորությունները պաշտպանելու համար:
- ☐ Թատրոններում աթոռների մեկանգամյա օգտագործման կամ լվացվող ծածկեր օգտագործեք, հատկապես ծակոտկեն մակերեսներում, որոնք դժվար է պատշաճ կերպով մաքրել:
- ☐ Պիկ ժամանակահատվածներում դռներին հենարան դրեք կամ բաց պահեք, երբ այցելուները մտնում և դուրս են գալիս շինությունից:
- ☐ Ի նկատի ունեցեք սահմանափակելու մարդկանց քանակը, ովքեր զուգարաններից նույն ժամանակահատվածում են օգտվում:
- ☐ Կրկին ձևափոխեք կայանման տեղանքները:

# Լրացուցիչ նկատառումներ մեքենաներով կինոթատրոնների համար

- Կրկին ձևափոխեք կայանման տարածքները՝ երաշխավորելու, որ փոխադրամիջոցների միջև եղած հեռավորությունն առնվազն վեց ոտնաչափ է:
- Փոխադրամիջոցների սեփականատերերը պետք է մնան մեքենայի մեջ, եթե չեն օգտվում զուգարաններից կամ ուտելիք չեն գնում:
- Օգտվեք անկանխիկ և առանց դիպչելու գործարքների համակարգից, երբ հնարավոր է: Պատվերները, նախնական պատվերները և վճարումներն առցանց կամ հեռախոսով կատարեք:
- Ուտելիքներն առցանց կամ հեռախոսով պատվիրեք և դրանք հասանելի դարձրեք մայթի նշագծված հատվածից վերցնելու համար: Նախապես պատվիրված ուտելիքների դեպքում քայլելով գնացեք և վերցրեք դրանք: Ապահովեք, որ հաճախորդները պատշաճ ֆիզիկական հեռավորություն պահպանեն հերթ կանգնելիս:

