Medidas preventivas frente al Coronavirus para el personal docente y no docente de centros educativos y de la Sede del Departamento de Educación.

Gobierno de Navarra
Departamento de Educación

Revisión: Borrador 1.0

<table>
<tr><th>PUESTO/TAREAS</th><th>MEDIDAS PREVENTIVAS ASOCIADAS.</th></tr>
<tr><td>

<u>PUESTOS</u>: TODO EL PERSONAL.
<u>TAREAS:</u> TAREAS PRESENCIALES CON Y SIN ATENCION A PUBLICO.

</td><td>

<u>MEDIDAS DE PROTECCION COLECTIVA DE CARÁCTER ORGANIZATIVO:</u>

1. Establecer las citas previas para la atención de usuarios.
2. Establecimiento de un **<u>aforo máximo</u>** en las áreas de atención al público o pública concurrencia.
3. En caso de alcanzar el aforo máximo del área de atención al público se organizarán unas medidas que permitan la **<u>espera del público hasta que se les pueda atender en condiciones de seguridad</u>**. Estas zonas de espera (filas en pasillos o zonas de espera, exterior del edificio, etc.) deberán permitir que se guarden las distancias de seguridad entre usuarios. Se aconseja una densidad máxima en áreas de espera de 4 personas por cada 10 metros cuadrados de modo que se respete la distancia de 2 metros también entre usuarios.
4. Medidas de **<u>acceso escalonado</u>** del personal a sus puestos
5. Minimización de contacto entre trabajadores con:
    a. **<u>Distancia mínima de 2 metros</u>** entre todos los puestos de trabajo de usuarios de PVD o puestos de gestión. Si no es posible garantizar los 2 metros de distancia, establecer flexibilidad horaria, turnos de trabajo, teletrabajo. Si a pesar del conjunto de medidas desarrolladas no permite asegurar el mantenimiento de la distancia de seguridad de 2 metros entre el personal, será necesario el uso de mascarillas higiénicas, o en su defecto, quirúrgicas.
    b. Disposición de **<u>entradas y salidas</u>** de las estancias por distintas puertas o accesos si es posible. En caso contrario se mantendrá SIEMPRE la distancia de seguridad de 2 metros entre trabajadores en entradas y salidas de las áreas de trabajo.
    c. Circulación de personas en zonas de transito pasillos y acceso a zonas de descanso, aseos, etc.: se organizarán las **<u>zonas de circulación de personas</u>** de manera que se mantenga la distancia mínima de seguridad de 2 metros entre trabajadores en todo momento.
6. Minimización de contacto entre trabajadores y usuarios o público con:
    a. Establecimiento de **<u>barreras físicas transparentes</u>** mediante mamparas u otros sistemas que permitan la comunicación en los casos en que la atención al público haga necesario el acercamiento a menos de 2 metros entre usuario y trabajador público o intercambio de documentos u objetos (firma y/o entrega de documentación en papel o mediante medios digitales) .
    b. **<u>Balizamiento o señalización de la distancia mínima de 2 metros</u>** que debe guardar el usuario externo al acercarse a la mesa o área de atención por parte del trabajador público.
    c. **<u>Interposición de mesas u objetos como obstáculos</u>** a fin de mantener la separación de seguridad de 2 metros entre el trabajador y el usuario.

</td></tr>
</table>

Revisión: Borrador 1.0

PUESTO/TAREAS	MEDIDAS PREVENTIVAS ASOCIADAS.
	MEDIDAS PREVENTIVAS PARA HIGIENE Y LIMPIEZA EN LAS AREAS DE TRABAJO. • Garantizar una **ventilación adecuada** de los lugares de trabajo. Siempre que sea factible, aumentar la renovación de aire (natural o forzada) e incrementar la limpieza de filtros. En los sistemas de climatización, reducir la recirculación y aumentar el aporte de aire limpio exterior. • Se recomienda una ventilación diaria de 5 minutos abriendo el máximo de salidas al exterior completamente (puertas o ventanas). • Reforzar la limpieza y desinfección de las áreas comunes, en especial de las superficies de contacto: manillas, escaleras, pasamanos, superficies de trabajo. Se utilizarán diluciones de lejía comercial, preparadas recientemente (30 ml por cada litro de agua si es lejía común), alcohol etílico (al menos 70º recomendado al 95º) u otros virucidas autorizados. El virus puede permanecer activo diferente tiempo según el material de la superficie sobre la que se deposite. • En el caso de que hubiera máquinas dispensadoras de bebidas y comida, lavarse bien las manos antes y después de hacer uso de las mismas. • Si se trae comida de casa que sea envasada o en una bolsa. • No compartir cubiertos, vasos o tazas y al final de su uso lavarlos con agua jabonosa. • Cuando las dimensiones de alguna zona común (p.e.: aseos, ascensores, etc.) sean reducidas, hacer un uso individual de dichas zonas. Para evitar que otra persona acceda a estos espacios cuando estén ocupados, podrá utilizarse una señal que le indique que hay una persona en su interior y que debe esperar a 2 metros de la puerta. • **Limitar el uso de ascensores** a los casos en que sea absolutamente imprescindible para personas con problemas de movilidad y en todo caso deberán ser usados individualmente, siempre que esto sea posible. • Colocar en baños y aseos cartel informativo de lavado de manos y colocar carteles en el resto de dependencias, recordando las recomendaciones para la prevención del coronavirus.

Revisión: Borrador 1.0

PUESTO/TAREAS	**MEDIDAS PREVENTIVAS ASOCIADAS.**
	MEDIDAS PREVENTIVAS PARA HIGIENE Y LIMPIEZA EN LAS AREAS DE TRABAJO. • Habilitar el uso individualizado de equipos de trabajo, teléfonos, etc... En el caso de que se compartiera el mismo puesto de trabajo al trabajar a ½ jornada, realizar tras su uso la limpieza utilizando alcohol o un paño con agua y jabón. Desechar los paños tras la limpieza. • Antes y después de la utilización de fotocopiadoras, encuadernadoras, guillotinas, etc…, lavarse bien las manos. • No compartir con otras personas objetos, bolígrafos, móviles, etc. • Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión. • Evitar compartir material de oficina (grapadoras, bolígrafos, teclados, tijeras…). Si se comparten los objetos es imprescindible limpiarlos antes y después de su uso. • Mas informaciones sobre actuaciones de higiene personal tanto en el ambito laboral como en casa pueden consultar el siguiente enlace https://coronavirus.navarra.es/es/recomendaciones
PUESTOS: ADMINISTRATIVOS Y PERSONAL NO DOCENTE DE GESTION. ***TAREAS:*** TAREAS PRESENCIALES CON ATENCION A PUBLICO.	**MEDIDAS DE PROTECCIÓN DE CARÁCTER INDIVIDUAL:** **Al inicio de la jornada** • Llevar el pelo recogido, si lo consideras necesario. • En caso de cortes o heridas en las manos se recomienda cubrirlos con un apósito. • Realizar higiene de manos con agua y jabón preferentemente. **Durante la jornada** • Realizar higiene de manos de forma habitual con agua y jabón (cartel informativo) o con soluciones hidroalcohólicas. • Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable y tirarlo a la basura inmediatamente tras su uso. **Al final de la jornada** • Lavarse las manos con agua y jabón. De no ser posible, realizar higiene de manos con solución hidroalcohólica. • Limpiar los objetos de uso personal (el móvil, las gafas..) con un paño impregnado en alcohol o con agua y jabón dependiendo del objeto.

Medidas preventivas frente al Coronavirus para el personal docente y no docente de centros educativos y de la Sede del Departamento de Educación.

Revisión: Borrador 1.0

<table>
<tr><th>PUESTO/TAREAS</th><th>MEDIDAS PREVENTIVAS ASOCIADAS.</th></tr>
<tr><td></td><td>
<u>Al llegar a casa</u>

Realizar higiene de manos con agua y jabón al llegar a casa y en la medida de lo posible, no tocar nada al entrar.
Dejar, en la entrada, en una caja o similar el bolso, la mochila, las llaves, etc.
En caso de haber utilizado en el trabajo utensilios de comida, se lavarán en el lavavajillas. Si no utiliza lavavajillas, dejarlos en agua jabonosa.
Intentar desconectar y descansar.
https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/200762-coping-with-stress-during-the-2019-sp.pdf documento sobre bienestar emocional en relación al Covd-19, si lo necesitas.
Comer de forma equilibrada.
Realizar actividades no relacionadas con el trabajo que encuentres satisfactorias o relajantes.
Procurar que el descanso diario sea adecuado.

<u>Sobre el uso de los equipos de protección individual</u>

No es necesario el uso de EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (protección respiratoria, mascarilla, protección facial, guantes o ropa de protección) en ningún puesto salvo que lo requiera la autoridad sanitaria o con las siguientes excepciones.
<ol type="a">
En la atención al público sin barrera física y solamente en aquellas tareas en las que es necesaria la atención al público con distancia menor a 2 metros (por intercambio de documentos, firma, gestión por dispositivos digitales, etc.)
En tareas de limpieza de lugares de trabajo comunes.

Los EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL a proporcionar a los trabajadores en las situaciones anteriores serán:
<ol type="a">
La protección respiratoria deberá ser, como mínimo, una mascarilla quirúrgica IIR. En caso de desabastecimiento de las anteriores consultar con la sección de prevención de riesgos laborales en cada caso concreto.
Guantes de protección de un solo uso preferiblemente de nitrilo.

Deben seguirse las instrucciones del fabricante en el uso y mantenimiento de todos los EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL PROPORCIONADOS.
Sobre el uso adecuado de las mascarillas de protección respiratoria puede consultar en el siguiente enlace https://coronavirus.navarra.es/es/recomendaciones

</td></tr>
<tr><td></td><td><u>MEDIDAS PREVENTIVAS PARA HIGIENE Y LIMPIEZA EN ATENCIÓN AL PÚBLICO.</u></td></tr>
</table>

Revisión: Borrador 1.0

PUESTO/TAREAS	MEDIDAS PREVENTIVAS ASOCIADAS.
	• Antes y después de la atención a un usuario a menos de 1 metro de distancia y sin barreras físicas se **desinfectarán las manos** se esté usando o no guantes de protección con un lavado correcto de manos con jabón prioritariamente. • Si no es posible el lavado de manos se desinfectaran las manos con geles hidroalcohólicos que se pondrán a disposición de los trabajadores en las áreas de atención al público en cantidad suficiente. • **Tiempos mínimos de desinfección: Lavado agua y jabón: 40-60 segundos. Solución alcohólica 20-30 segundos.** • En caso de tener cortes, heridas o lesiones en las manos, cúbralas con apósitos impermeables. • Se dotara de **solución desinfectante en cantidad suficiente** a las áreas de trabajo con atención al público para su uso por parte de los trabajadores con tareas en este ámbito. • Se dotara de **solución desinfectante en cantidad suficiente** en el acceso al área de atención al público de los centros de trabajo del departamento de educación para su utilización por parte del usuario. de todos los centros de trabajo con atención.
PUESTOS: TODO EL PERSONAL. ***TAREAS:*** TAREAS QUE REQUIERAN REUNIONES PRESENCIALES (reuniones en centros de gestión o bien reuniones en centros educativos con padres u otros docentes)	**MEDIDAS PREVENTIVAS EN CUANTO A REUNIONES DE TRABAJO PRESENCIALES.** • En la medida de lo posible **se evitarán las reuniones de trabajo**, disponiéndose en todo caso la suspensión de aquellas que impliquen desplazamientos a otros centros de trabajo. Se fomentará el uso de la videoconferencia. • Se establecerán las medidas necesarias para garantizar el control de la exposición: recibir en salas espaciosas y ventiladas, minimizar la presencia de trabajadores, extremar las medidas higiénicas y mantener entre los puestos de la sala un mínimo de 2 metros. • No es necesario dotar de equipos de protección individual al trabajador salvo requerimiento de la autoridad laboral o sanitaria.
PUESTOS: TODO EL PERSONAL. ***TAREAS:*** TAREAS PRESENCIALES CON Y SIN ATENCION A PUBLICO.	***MEDIDAS DE VIGILANCIA DE LA SALUD:*** **En caso de:**

Revisión: Borrador 1.0

PUESTO/TAREAS	MEDIDAS PREVENTIVAS ASOCIADAS.
	• Embarazo. • Mayor de 60 años. • Padecer afecciones médicas: enfermedades cardiovasculares, incluida hipertensión arterial, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, insuficiencia renal crónica, enfermedad hepática crónica severa, obesidad mórbida (IMC > 40), cáncer en tratamiento activo, inmunodepresión contacta con el Servicio de Prevención del Departamento de Educación para valoración médica individual: **Tel. 848423769 / 848423728** **seccion.prevencion.educacion@navarra.es** Es recomendable realizar una **autovigilancia de síntomas compatibles** con COVID-19: • Realiza control diario de temperatura. • NO ACUDAS AL centro de trabajo o RETÍRATE del mismo en caso de aparición de síntomas compatibles con COVID 19 (fiebre, tos, dificultad para respirar, diarrea, pérdida de olfato, cansancio extremo...). • Si padeces alguno de esos síntomas, llama a tu Centro de Salud. Tienes información de dónde llamar o acudir en el siguiente enlace a la Web oficial de coronavirus en Navarra: *https://www.navarra.es/es/web/coronavirus/inicio* • En el caso de que los síntomas aparezcan estando presente en el puesto de trabajo, ponga en conocimiento del personal sanitario del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Departamento de Educación. Tfno.: 848 42 37 69, 848 42 37 28. Email: seccion.prevencion.educacion@navarra.es • En caso de duda, contactar con el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Departamento de Educación.

Gobierno de Navarra
Departamento de Educación

RESUMEN MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A EXPOSICION COVID19

PUESTO DE TRABAJO: TODO EL PERSONAL CON TAREAS PRESENCIALES CON O SIN ATENCION AL PUBLICO

Medidas de protección colectiva de carácter organizativo

Puesto con atención al público

Uso de **barreras físicas** con el usuario

Tiras adhesivas de señalización en el suelo a 2 metros del area de atención al público

Minimización de intercambio de objetos con usuaria

Higienización de superficies de objetos en contacto con la persona usuaria.

Salas de espera con disminución de aforo. Maximo 4 personas cada 10 metros cuadrados

Establecer las **citas previas preferentemente** para la atención de personas usuarias.

Puestos sin atención al público

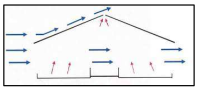
Distancia mínima de 2 metros entre todos los puestos de trabajo de personas usuarias de PVD o puestos de gestión. Si no es posible garantizar los 2 metros de distancia, establecer flexibilidad horaria, turnos de trabajo, teletrabajo.

Circulación de personas en zonas de transito pasillos y acceso a zonas de descanso, aseos, etc.: se organizarán las **zonas de circulación de personas** de manera que se mantenga la distancia mínima de seguridad de 2 metros entre personas en todo momento

Disposición de **entradas y salidas** de las estancias por distintas puertas o accesos si es posible. En caso contrario se mantendrá SIEMPRE la distancia de seguridad de 2 metros entre personas en entradas y salidas de las áreas de trabajo

Medidas de higiene y limpieza

Higiene en espacios comunes



Garantizar una **ventilación adecuada** de los lugares de trabajo

Se recomienda una ventilación diaria de **5 minutos por estancia**.

Higiene individual

Evite tocarse los **ojos, la nariz y la boca**, ya que las manos facilitan la transmisión

Evitar compartir material de oficina (grapadoras, bolígrafos, teclados, tijeras…). Si se comparten los objetos es imprescindible limpiarlos antes y después de su uso.

Aseos y servicios

Cuando las dimensiones de alguna zona común sean reducidas, hacer un uso individual de dichas zonas. Cuando estos espacios estén ocupados debe **esperar a 2 metros. Aseos, escaleras,etc.**

Zonas de descanso

En el caso de que hubiera **máquinas dispensadoras de bebidas y comida**, lavarse bien las manos antes y después de hacer uso de las mismas

No compartir cubiertos, vasos o tazas y al final de su uso lavarlos con agua jabonosa.

Medidas de protección personal

		Equipos de protección personal
Al inicio de la jornada	En caso de cortes o heridas en las manos se recomienda cubrirlos con un apósito. Realizar higiene de manos con agua y jabón preferentemente	**Uso de mascarillas higiénicas o en su defecto quirúrgicas, sólamente en aquellos casos en que no sea posible mantener la distancia de seguridad de 2 metros**
Durante la jornada	Realizar higiene de manos de forma habitual con agua y jabón Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable y tirarlo a la basura inmediatamente tras su uso.	
Al final de la jornada	Lavarse las manos con agua y jabón. De no ser posible, realizar higiene de manos con solución hidroalcohólica Limpiar los objetos de uso personal (el móvil, las gafas..) con un paño impregnado en alcohol o con agua y jabón dependiendo del objeto	

Medidas de vigilancia de la salud

En caso de:

Embarazo. Mayor de 60 años

Padecer afecciones médicas: enfermedades cardiovasculares, incluida hipertensión arterial, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, insuficiencia renal crónica, enfermedad hepática crónica severa, obesidad mórbida (IMC > 40), cáncer en tratamiento activo, inmunodepresión
contacta con el Servicio de Prevención del Departamento de Educación para valoración médica individual

Tel. 848423769 / 848423728

seccion.prevencion.educacion@navarra.es

Es recomendable realizar una **autovigilancia de síntomas compatibles** con COVID-19

Realiza control diario de temperatura

NO ACUDAS AL centro de trabajo o RETIRATE del mismo en caso de aparición de síntomas compatibles con COVID 19 (fiebre, tos, dificultad para respirar, diarrea, pérdida de olfato, cansancio extremo...).

Si padeces alguno de esos síntomas, llama a tu Centro de Salud. Tienes información de dónde llamar o acudir en el siguiente enlace a la Web oficial de coronavirus en Navarra: https://www.navarra.es/es/web/coronavirus/inicio

En el caso de que los síntomas aparezcan estando presente en el puesto de trabajo, ponga en conocimiento del personal sanitario del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Departamento de Educación.

Hezkuntza Departamentuaren egoitzako langileentzako eta ikastetxeetako irakasle eta irakasle ez direnentzako Coronavirusaren aurkako prebentzio neurriak

Berrikuspena: 1.0. zirriborroa

LANPOSTUA/ZEREGINAK	DAGOZKIEN PREBENTZIO NEURRIAK.
LANPOSTUAK: LANGILE GUZTIAK. ***ZEREGINAK:*** ZEREGIN PRESENTZIALAK JENDAURREKO ARRETAREKIN ETA GABE.	***BABES KOLEKTIBORAKO ANTOLAMENDU NEURRIAK:*** 1. Aldez aurreko hitzorduak ezartzea erabiltzaileei arreta emateko. 2. **Gehieneko edukiera** ezartzea jendaurreko arretarako edo jendeari irekitako guneetan. 3. Jendaurreko arreta guneak gehieneko edukierara iristen direnerako neurriak antolatuko dira, **jendeak itxaron dezan arreta segurtasunez ematen ahal zaien arte**. Itxaroteko eremuetan (ilarak pasabideetan edo itxaronguneetan, eraikinaren kanpoaldean, etab.) erabiltzaileen artean segurtasun distantziak gordetzeko tokia izan behar da. Gomendatzen da gehienez ere 4 lagun egotea 10 metro koadroko itxaroteko eremu batean, 2 metroko tartea errespetatu dadin, baita erabiltzaileen artean ere. 4. Langileak beren lanpostuetara **mailaka sartzeko** neurriak. 5. Langileen arteko kontaktua murriztea, neurri hauen bidez: a. **Gutxienez 2 metroko distantzia** datuak bistaratzeko pantailekin lan egiten dutenen edo kudeaketa postuen artean. Ezin bada 2 metroko distantzia bermatu, ordutegi malgua, lan txandak edo telelana ezartzea. Hartutako neurri sortak ez badu bermatzen langileen artean 2 metroko segurtasun distantzia gordetzen dela, maskara higienikoak edo, halakorik ezean, higienikoak erabili beharko dira nahitaez. b. Eremuetako **sarrera-irteerak** antolatzea sartzeko eta irteteko ate edo sarbide desberdinak erabil daitezen, ahal bada. Ezin bada, BETI gorde behar da langileen artean 2 metroko segurtasun distantzia lan eremuetako sarrera-irteeretan. c. Pertsonen joan-etorriak korridoreetan eta atsedenlekuetarako, komunetarako eta abarretarako sarbideetan: **pertsonen zirkulazio eremuak** antolatuko dira langileen artean une oro 2 metroko segurtasun distantzia gordetzeko moduan. 6. Langileen eta erabiltzaileen edo jendearen arteko kontaktua murriztea, neurri hauen bidez: a. Komunikazioa ahalbidetzen duten **barrera fisiko gardenak** paratzea (holtzak edo beste sistema batzuk) jendeari arreta emateko beharrezkoa bada erabiltzailea langile publikoari 2 metro baino gutxiagora hurbiltzea, edo dokumentuak edo objektuak trukatzea (paperean edo bitarteko digitalen bidez dokumentazioa sinatzea eta/edo entregatzea). b. Arreta gure edo mahaira hurbiltzen diren erabiltzaileen eta langile publikoen artean gorde behar den **2 metroko gutxieneko distantzia balizatzea edo seinaleztatzea**. c. **Mahaiak edo beste gauza batzuk oztopo gisa paratzea** langileen eta erabiltzaileen artean 2 metroko segurtasun distantzia gorde dadin.
	LAN EREMUEN HIGIENE ETA GARBITASUNEKO PREBENTZIO NEURRIAK. • Laneko postuetan **aireztapen egokia** bermatu. Ahal den guztietan, aire berritzea handitu

LANPOSTUA/ZEREGINAK	DAGOZKIEN PREBENTZIO NEURRIAK.
	(aireztapen naturala edo mekanikoa) eta iragazkiak maizago garbitu. Klimatizazio sistemetan, birzirkulazioa murriztu eta kanpoko aire garbiaren ekarpena handitu. • Gomendatzen da egunero 5 minutuz aireztatzea, kanpora ematen duten ate eta leihoak (ahal den guztiak) guztiz irekiz. • Eremu komunen garbiketa eta desinfekzioa indartu, maiz ukitzen diren gainazaletan, bereziki: eskutokiak, eskailerak, eskudelak, laneko gainazalak. Erabili lixiba komertzialaren diluzio prestatu berriak (30 ml lixiba litro bat ureko, lixiba arrunta bada), alkohol etilikoa (70 gradukoa gutxienez, eta ahal bada 95ekoa) edo baimendutako beste birizida batzuk. Birusa aktibo egon daiteke gutxiago edo gehiago, zein gainazaletan dagoen, haren materialaren arabera. • Jaki-edariak banatzeko makinak badaude, eskuak ongi garbitu horiek erabili aurretik eta ondoren. • Etxetik ekartzen bada janaria, ontziratuta edo poltsa batean ekarri behar da. • Ez partekatu mahai-tresnarik, edalontzirik edo katilurik, eta, erabili ondoren, xaboi-urarekin garbitu. • Eremu komunen bat txikia denean (esaterako, komunak, igogailuak, etab.), banaka erabili. Horiek okupaturik daudenean beste inor sar ez dadin, seinale bat jar daiteke adierazteko norbait barnean dela eta atetik 2 metrora itxaron behar dela. • **Igogailuen erabilera mugatu**: mugikortasun arazoak dituztenek bakarrik erabiliko dituzte, ezinbestekoa badute, eta, ahal den guztietan, banaka erabiliko dituzte. • Komunetan, informazio kartelak jarri eskuak garbitzeko beharra oroitarazteko, eta gainerako geletan kartelak jarri koronabirusaren prebentziorako gomendioak bistaratzeko.
	LAN EREMUEN HIGIENE ETA GARBITASUNEKO PREBENTZIO NEURRIAK. • Nork bere lan ekipamenduak, telefonoa eta abar erabil ditzan ahalbidetu. Lanaldi erdian ari direnek lanpostu bera partekatzen badute, erabili ondoren garbitu egin behar da alkohola edo urarekin eta xaboiarekin bustiriko zapi bat erabiliz. Garbitzen bukatutakoan, erabilitako zapiak bota. • Fotokopiagailuak, koadernagailuak, gillotinak eta abar erabili ondoren, eskuak ongi garbitu.

LANPOSTUA/ZEREGINAK	DAGOZKIEN PREBENTZIO NEURRIAK.
	• Ez partekatu objektuak, bolalumak, telefono mugikorrak eta abar beste inorekin. • Ez ukitu begiak, sudurra eta ahoa, erraza da-eta eskuen bidez birusa transmititzea. • Ez partekatu bulegoko materiala (grapagailuak, bolalumak, teklatuak, aizturrak...). Objektuak partekatzen badira, nahitaez garbitu behar dira erabili aurretik eta ondoren. • Etxerako zein lan eremurako, higiene pertsonalari buruzko argibide gehiago daude helbide honetan: https://coronavirus.navarra.es/eu/web/coronavirus/gomendioak
LANPOSTUAK: ADMINISTRARIAK ETA KUDEAKETA ARLOKO LANGILEAK, IRAKASLE EZ DIRENAK. ***ZEREGINAK:*** ZEREGIN PRESENTZIALAK JENDAURREKO ARRETAREKIN.	**BABES NEURRI INDIBIDUALAK:** **Lanaldiaren hasieran** • Ilea batuta eraman, beharrezkoa iruditzen bazaizu. • Eskuetan ebakiak edo zauriak izanez gero, apositu batekin estaltzea gomendatzen da. • Eskuak garbitzeko ura eta xaboia erabili, ahal dela. **Lanaldian zehar** • Eskuak maiz garbitu urarekin eta xaboiarekin (argibide kartela) edo soluzio hidroalkoholikoekin. • Eztul edo dominististiku egitean, ahoa eta sudurra estali ukondo tolestuarekin edo erabili eta botatzeko zapi batekin (eta erabilitakoan bota zakarrontzira). **Lanaldiaren bukaeran** • Eskuak urarekin eta xaboiarekin garbitu. Ezinezkoa bada, soluzio hidroalkoholiko batekin garbitu eskuak. • Norbere gauzak garbitu (mugikorra, betaurrekoak...) alkoholez bustitako zapi batekin edo urarekin eta xaboiarekin, zer gauza den. **Etxera itzultzean** • Etxera iritsi bezain laster, eskuak garbitu urarekin eta xaboiarekin. Ahal bada, ez ukitu ezer sartzerakoan. • Sarreran utzi (kutxa batean-edo) poltsa, motxila, giltzak, etab. • Lantokian bazkaltzeko erabili dituzun tresnak ontzi-garbigailuan garbitu. Ez baduzu ontzi-garbigailurik erabiltzen, xaboi-uretan utz itzazu. • Saia zaitez deskonektatzen eta atseden hartzen. • https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/200762-coping-with-stress-during-the-2019-sp.pdf Ongizate emozionalari buruzko agiria, COVID-19rekin loturik, behar baduzu ere. • Modu orekatuan jan.

LANPOSTUA/ZEREGINAK	DAGOZKIEN PREBENTZIO NEURRIAK.
	• Lanarekin zerikusirik ez duten eta gustuko dituzun edo erlaxatzen zaituzten gauzak egin itzazu. • Eguneroko atsedena behar bezalakoa izan dadin ahalegindu. **<u>Norbera babesteko ekipamendua erabiltzeari buruz</u>** 1. Lanpostu batean ere ez da beharrezkoa NORBERA BABESTEKO EKIPAMENDUAK erabiltzea (arnas babesak, maskara, aurpegirako babesak, eskularruak edo babeserako arropak), salbu eta osasun agintaritzak ezarritako lanpostuetan edo kasu berezi hauetan: a. Jendaurreko arretan barrera fisikorik ez badago, soilik zeregin horretarako ezinbestekoa bada 2 metro baino gutxiagoko distantziara egotea (dokumentuak trukatzeko, sinatzeko, gailu digitalen bidezko kudeaketetarako, etab.). b. Lan eremu komunak garbitzeko lanetan. 2. Aipatutako egoeretan NORBERA BABESTEKO EKIPAMENDU HAUEK eman behar zaizkie langileei: a. Arnas babesak gutxienez IIR motako maskara kirurgiko bat izan beharko du. Hornidura gabeziagatik halakoak lortzerik ez badago, kontsultatu Laneko Arriskuen Prebentziorako Atalarekin kasu zehatz bakoitzean. b. Erabilera bakarreko eskularruak, ahal dela nitrilozkoak. 3. EMATEN DIREN NORBERA BABESTEKO EKIPAMENDUAK behar bezala erabili eta mantendu behar dira, fabrikatzaileen jarraibideei kasu eginez. 4. Arnas babeseko maskarak behar bezala erabiltzeko, helbide hau kontsulta daiteke: https://coronavirus.navarra.es/eu/web/coronavirus/gomendioak
	<u>JENDAURREKO ARRETARAKO HIGIENE ETA GARBITASUNEKO PREBENTZIO NEURRIAK.</u> • Erabiltzaile bati barrera fisikorik gabe eta metro 1 baino gutxiagora arreta ematean, arretaren aurretik eta ondoren, **<u>eskuak desinfektatu</u>** behar dira, eskularruak jantzita izan zein ez, ahal dela xaboiarekin behar bezala garbituz. • Eskuak garbitzerik ez dagoenean, gel hidroalkoholikoarekin desinfektatu behar dira. Horretarako, behar adina gel hidroalkoholiko utziko da langileen eskura jendaurreko arretarako eremuetan. • **<u>Desinfektatzeko gutxieneko denborak: Urez eta xaboiz garbitzeko: 40-60 segundo. Soluzio alkoholikoarekin: 20-30 segundo.</u>** • Eskuetan zauri, mozketa edo lesiorik izanez gero, estali apositu iragazgaitz batekin. • Jendaurreko arretako lan eremuetan, zeregin horietan ari diren langileen eskura jarriko da **<u>behar adina soluzio desinfektatzaile</u>**. • Hezkuntza Departamentuko lantokietan, jendaurreko arretako eremuen sarreran, erabiltzaileen eskura jarriko da **<u>behar adina soluzio desinfektatzaile</u>**.

Hezkuntza Departamentuaren egoitzako langileentzako eta ikastetxeetako irakasle eta irakasle ez direnentzako Coronavirusaren aurkako prebentzio neurriak

Gobierno de Navarra
Departamento de Educación

Berrikuspena: 1.0. zirriborroa

LANPOSTUA/ZEREGINAK	DAGOZKIEN PREBENTZIO NEURRIAK.
LANPOSTUAK: LANGILE GUZTIAK. ***ZEREGINAK:*** BILERA PRESENTZIALEN BEHARRA DUTEN ZEREGINAK (kudeaketako bilerak edota gurasoekin edo beste irakasle batzuekin ikastetxean egin beharreko bilerak)	**LANEKO BILERA PRESENTZIALETARAKO PREBENTZIO NEURRIAK.** • Ahal dela, **ez da lan bilerarik eginen**, eta bertan behera geldituko dira beste lantoki batera joatea dakarten guztiak. Bideokonferentzia erabiltzearen alde eginen da. • Esposizioaren kontrola bermatzeko neurriak ezarriko dira: ongi aireztatutako gela handietan elkartzea, ahalik eta langile gutxien egon daitezela, higiene neurriekin oso zorrotzak izatea, eta gelako postuen artean gutxienez 2 metro gordetzea. • Ez da beharrezkoa langileei norbera babesteko ekipamenduak ematea, salbu eta lan edo osasun arloko agintaritzak agindutako kasuetan.
LANPOSTUAK: LANGILE GUZTIAK. ***ZEREGINAK:*** ZEREGIN PRESENTZIALAK JENDAURREKO ARRETAREKIN ETA GABE.	***OSASUNA ZAINTZEKO NEURRIAK:*** **Ondoko kasuetan:** • Haurdunaldia. • 60 urtetik aurrera. • Afekzio medikoak izatea: gaixotasun kardiobaskularrak, arteria-hipertensioa, diabetesa, biriketako gaixotasun kronikoak, giltzurrun-gutxiegitasun gaixotasun kronikoa, gibeleko gaixotasun kroniko larria, obesitate morbidoa (gorputz-masaren indizea > 40), minbizia edo immunodepresioa. Jar zaitez harremanetan Hezkuntza Departamentuko Prebentzio Zerbitzuarekin banakako balorazio mediko baterako: Tel.: 848423769 / 848423728 Email: seccion.prevencion.educacion@navarra.es COVID-19rekin **bateragarriak diren sintomei antzemateko norbere burua behatzea** gomendatzen da: • Egunero kontrola ezazu zure tenperatura. • EZ JOAN lantokira edo ALDE EGIN lantokitik COVID-19rekin bateragarriak diren sintomak agertzen bazaizkizu (sukarra, eztula, arnasa hartzeko zailtasuna, beherakoa, usaimena galtzea, neke izugarria...). • Sintomaren bat baduzu, deitu zure osasun etxera. Nora deitu edo nora joan jakin nahi baduzu, argibide gehiago duzu

LANPOSTUA/ZEREGINAK	DAGOZKIEN PREBENTZIO NEURRIAK.
	koronabirusari buruzko Nafarroako webgune ofizialean: *https://www.navarra.es/eu/web/coronavirus/hasiera* • Sintomak zure lanpostuan zaudela agertzen badira, Hezkuntza Departamentuko Laneko Arriskuen Prebentziorako Zerbitzuko osasun-langileei jakinarazi, 848 42 37 69/848 42 37 28 telefono zenbakietan. Tel.: 848 42 37 69, 848 42 37 28. Email: seccion.prevencion.educacion@navarra.es • Zalantzak badituzu, jar zaitez harremanetan Hezkuntza Departamentuko Laneko Arriskuei Aurrea hartzeko Atalarekin.

Gobierno de Navarra
Departamento de Educación

COVID-19aren ESPOSIZIOAREN AURREKO PREBENTZIO NEURRIAK. LABURPENA

LANPOSTUA: LANTOKIAN ARITZEN DIREN LANGILE GUZTIAK, JENDEARI ARRETA EGIN NAHIZ EZ

Babes kolektiboorako antolamendu neurriak

Jendeari arreta ematen dioten lanpostuak

Hesi fisikoak erabili erabiltzailearengandik bereizteko

Jarri zinta itsaskorra lurrean, jendeari arreta egiteko tokian, 2 metroko tartea gorde dadin

Ahalik eta objektu gutxien trukatu erabiltzaileekin

Higienizatu erabiltzaileek ukitzen dituzten objektuen gainazalak.

Txikitu itxarongeletan egon daitezkeenen kopurua. Gehienez ere 4 pertsona 10 metro koadro bakoitzeko

Aldez aurreko hitzorduak ezarri erabiltzaileei arreta emateko.

Jendeari arreta ematen ez dioten lanpostuak

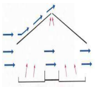
Gutxienez 2 metroko tartea utzi datuak bistaratzeko pantailekin lan egiten dutenen edo kudeaketa postuen artean. Ezin bada 2 metroko tartea bermatu, ezarri ordutegi malgua, lan txandak edo telelana.

Pertsonen joan-etorriak korridoreetan eta atsedenlekuetarako, komunetarako eta abarretarako sarbideetan: pertsonen zirkulazio eremuak antolatuko dira pertsonen artean une oro 2 metroko segurtasun tartea gordetzeko moduan

Eremuetako sarrera-irteerak antolatzea sartzeko eta irteteko ate edo sarbide desberdinak erabil daitezen, ahal bada. Ezin bada, BETI gorde behar da pertsonen artean 2 metroko segurtasun tartea lan eremuetako sarrera-irteeretan

Higiene eta garbiketako neurriak

Higienea eremu komunetan



Aireztapen egokia bermatu lantokietan
Gomendatzen da egunean behin aireztatzea gela bakoitza, 5 minutuz.

Norberaren higienea

Ez ukitu begiak, sudurra eta ahoa, erraza da-eta eskuen bidez birusa transmititzea.
Ez partekatu bulegoko materiala (grapagailuak, bolalumak, teklatuak, aizturrak...). Objektuak partekatzen badira, nahitaez garbitu behar dira erabili

Komunak

Eremu komunen bat txikia denean, banaka erabili.
Espazio horiek okupaturik badaude, 2 metrora itxaron.
Komunak, eskailerak, etab.

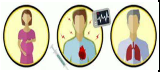
Atseden hartzeko gelak

Jaki-edariak banatzeko makinak badaude, eskuak ongi garbitu horiek erabili aurretik eta ondoren
Ez partekatu mahai-tresnarik, edalontzirik edo katilurik, eta, erabili ondoren, xaboi-urarekin garbitu.

Norbera babesteko neurriak

		Norbera babesteko ekipamenduak
Lanaldiaren hasieran	Eskuetan ebakiak edo zauriak izanez gero, apositu batekin estaltzea gomendatzen da. Eskuak garbitzeko ura eta xaboia erabili, ahal dela	**Maskara higienikoak edo halakorik ezean kirurgikoak erabili, 2 metroko segurtasun tartea utzi ezin denean bakarrik**
Lanaldian zehar	Eskuak maiz garbitu, ur eta xaboiarekin Eztul edo doministiku egitean, ahoa eta sudurra estali ukondo tolestuarekin edo erabili eta botatzeko zapi batekin (eta erabilitakoan bota zakarrontzira).	
Lanaldiaren bukaeran	Eskuak urarekin eta xaboiarekin garbitu. Ezinezkoa bada, soluzio hidroalkoholiko batekin garbitu eskuak Norbere gauzak garbitu (mugikorra, betaurrekoak...) alkoholez bustitako zapi batekin edo urarekin eta xaboiarekin, zer gauza den	

Osasuna zaintzeko neurriak



Kasu hauetan:

Haurdunaldia. 60 urtetik aurrera

Afekzio medikoak badituzu: gaixotasun kardiobaskularrak, arteria-hipertentsioa, diabetesa, biriketako gaixotasun kronikoak, giltzurrun-gutxiegitasun gaixotasun kronikoa, gibeleko gaixotasun kroniko larria, obesitate morbidoa (gorputz-masaren indizea > 40), tratamenduan dagoen minbizia edo immunodepresioa. Jar zaitez harremanetan Hezkuntza Departamentuko Prebentzio Zerbitzuarekin banakako balorazio mediko

Tel.: 848423769 / 848423728

seccion.prevencion.educacion@navarra.es

Gomendatzen da **norbere burua behatzea** COVID-19arekin **bateragarriak diren sintomei antzemateko**

Kontrola ezazu zure tenperatura egunero

EZ JOAN lantokira edo ALDE EGIN lantokitik COVID-19arekin bateragarriak diren sintomak agertzen bazaizkizu (sukarra, eztula, arnasa hartzeko zailtasuna, beherakoa, usaimena galtzea, neke izugarria...).

Sintomaren bat baduzu, deitu zure osasun etxera. Jakin nahi baduzu nora deitu edo nora joan, argibide gehiago dituzu koronabirusari buruzko Nafarroako webgune ofizialean: https://www.navarra.es/eu/web/coronavirus/hasiera

Sintomak zure lanpostuan zaudela agertzen badira, Hezkuntza Departamentuko Laneko Arriskuen Prebentziorako Zerbitzuko osasun-langileei jakinarazi.