

UPUTE ZA ODRŽAVANJE SJEDNICA I RADNIH TIJELA SKUPŠTINE ZDK, GRADSKIH I OPĆINSKIH VIJEĆA, TE PRETRESA U SUDOVIMA U ZDK - vodič za unapređenje biosigurnosti u kontekstu COVID-19 -

UVOD

Referirajući se na zaključke kriznih štabova, preporuke i smjernice svjetskih, evropskih, regionalnih, domaćih instanci, ustanova, organizacija, kao i Instituta za zdravlje i sigurnost hrane Zenica, a cijeneći značaj zakonodavne i sudske vlasti posebno u vrijeme pandemije, pripremljene su Upute za održavanje sjednica i radnih tijela skupštine ZDK, gradskih i općinskih vijeća, te pretresa u sudovima u ZDK – vodič za unapređenje biosigurnosti u kontekstu COVID-19.

BIOSIGURNOSNE MJERE

Biosigurnosne mjere su mjere koje se primjenjuju radi smanjenja rizika unosa infekcije (bakterije, virusi i drugi mikroorganizmi, a u smislu ovih preporuka SARS-CoV-2 virus) u životnu i radnu sredinu ljudi. One su zasad jedine mjere u sprečavanju unosa zaraze, kao i suzbijanja širenja zaraze. Primjenjuju se i kod postepenog prestanka opasnosti od širenja zarazne bolesti. Ove mjere služe da bi se smanjio rizik unosa mikroorganizama i spriječila pojava oboljenja kod zaposlenika i klijenata – učenika, studenata i roditelja. Biosigurnosne mjere su:

1. Konceptualne mjere odnose se na samu lokaciju objekta, njegovu građevinsku izvedbu i planiranje prostora u objektu u smislu odvajanja čistih od nečistih puteva (radnih procesa);
2. Strukturne mjere predstavljaju unutrašnje uređenje i izbor opreme koja mora biti izrađena od materijala koji se mogu lako higijenski održavati (čistiti, prati i dezinfikovati);
3. Operativne mjere podrazumijevaju praktičnu primjenu higijenskih mjera kroz primjenu DDD-a, lične higijene, kontrole sanitarnog statusa i zdravstvenog stanja zaposlenika, te održavanja higijene radnog prostora, uključujući radno mjesto i druge prostorije koje se tokom rada koriste.

OPERATIVNI KRIZNI TIM / KOORDINATOR ZA SIGURNOST

Preporučuje se formirati tim od npr. tri zaposlenika među kojima mora biti osoba koja ima odgovornosti i ovlaštenja da donosi odluke, ili iskusnijeg pojedinca koordinatora za (bio)sigurnost, koji bi detaljno razradio preventivne higijenske mjere u svrhu sprečavanja unosa zaraze, a koristeći ove Upute. Tim/koordinator treba da osigura provođenje preventivnih higijenskih mjera, način i eventualno potrebnu opremu za provođenje mjera, zaduži odgovornu osobu koja će provoditi svaku pojedinu mjeru, zaduži odgovornu osobu koja će kontrolisati provedbu mjera ili sam to obavi, analizom rizika predvidi potencijalne nepovoljne rizične događaje, predvidi korektivne akcije u slučaju nepovoljnog rizičnog događaja, ko, kada i kako ih provodi.

NEKE OD PREPOZNATIH RIZIČNIH TAČAKA

Osim samih međusobnih kontakata, kao rizične tačke izdvajaju se sljedeće:

- mjesto ulaska/izlaska,
- kretanje po objektu,
- korištenje odmora i pauza,
- boravak velikog broja osoba u jednom zajedničkom prostoru,
- davanje izjava medijima,
- odlazak u toalet,
- administrativni poslovi i kontakti koji se tada ostvaruju.

ORGANIZACIJA RADA I MJERE ZAŠTITE

DEZ-BARIJERE ZA NOGE. Na svim ulazima potrebno je postaviti odgovarajuće dez-barijere. Na ulazima potrebno je postaviti obavještenja i upute kako koristiti dez-barijere (Uputa o načinu korištenja i označavanju dez-barijere u prilogu). Preporuka je da sredstvo bude na bazi hlora (npr. natrij-dihloroizocijanurat-dihidrat). Dovoljno je rastvoriti 2 g granulata na 10 litara vode pri čemu se oslobađa aktivni hlor u koncentraciji od oko 100 mg/l. Pripremljen rastvor dozira se u pumpe kojima se obavlja dezinfekcija ili se sa ovim rastvorom dopunjavaju dez-barijere. Ovakav rastvor je upotrebljiv narednih 6-8 sati. U situacijama izuzetne pogoršanosti higijenskih uslova, za pripremu dez-barijera potrebno je koristiti dvostruko veću koncentraciju, odnosno do 4 g na 10 litara vode. Treba koristiti rastvor pripremljen neposredno pred upotrebu. Preduslov za kvalitetnu dezinfekciju je obavezna priprema – mehaničko čišćenje. Dez-barijera treba da ima odgovarajuću plastičnu podlogu sa natopljenom spužvom, te odvojeni dodatni dio za posušivanje obuće nakon prolaska dez-barijere (suha spužva). Prilikom rukovanja dez-barijerom moraju se koristiti rukavice i maska. Dez-barijere moraju biti postavljene na način da se nalaze na svakom ulazu, da ih se ne može zaobići, preskočiti, izbjeći, da obezbjeđuju propisane mjere

sigurnosti (onemogućen kontakt kožom, onemogućen naknadni pristup), moraju zadovoljavati kriterije minimalne dubine 2-4 cm za barijere za ljude (6-8 cm ukoliko se barijere postavljaju za vozila), u dez-barijere za dezinfekciju obuće postavljaju se sintetičke spužve koje je neophodno fizički čistiti (ispirati) u toku 24 sata.

DEZ-BARIJERE ZA RUKU. Potrebno je pripremiti rasprskivač sa rastvorom dezinfekcionog sredstva na bazi 70%-tnog alkohola i tim sredstvom našpricati ruke svake osobe koja je prisutna u sali za sjednicu.

FIZIČKO UDALJAVANJE OD DVA METRA. Rad je neophodno organizovati na način da se osigura u što većoj mjeri fizički razmak.

MASKE ZA LICE, VIZIR I RUKAVICE. Sve osobe koje su prisutne u sali za sjednicu trebaju nositi zaštitnu masku (ili vizir) preko usta i nosa. Nošenje rukavica nije preporučljivo, prednost se daje učestalom pranju i dezinficiranju ruku. Zbog lažnog osjećaja zaštićenosti olakšan je kontakt i prenos mikroorganizama sa predmeta na predmet putem rukavica koje je nemoguće mjenjati redovno koliko bi trebalo. Dok se koristi maska vrlo često se radi upravo ono što se ne bi smjelo: konstantno se dodiruje nos namiještajući masku, jedna te ista maska se koristi mnogo duže od dozvoljenog vremena korištenja maske, te na ovo treba skrenuti pažnju svim osobama koje su prisutne u sali za sjednicu.

BARIJERE OD PLEKSIGASA. Poenta barijere od pleksigasa jeste da se spriječi direktni bliski kontakt između dvije osobe, te samim tim da se smanji rizik od prenosa infekcije putem kapljica koje nastaju u respiratornim organima tokom govora, kašljanja, kihanja, smijanja itd. Nema nultog rizika. Međutim, ukoliko bi se ovakve barijere od pleksigasa postavile na radne stolove na način da dvije osobe ne mogu doći u međusobni kontakt, čime je distanca automatski fizički obezbijeđena, bilo bi moguće smanjiti fizičku distancu između osoba, ali poštujući smjernicu da udaljenost između dva reda radnih stolova, te između radnog stola ispred i iza, gdje barijera od pleksigasa ne postoji, i dalje mora biti prema propisanim mjerama.

SKIDANJE ZAŠTITNE MASKE. Privremeno je dozvoljeno skidanje zaštitne maske ukoliko nošenje zaštitne maske ugrožava ili narušava zdravstveno stanje osobe koja je nosi (oboljenja respiratornog sistema isključujući COVID-19, alergijske reakcije, i sl.) i ukoliko postoje barijere poput pleksigasa koje osiguravaju fizičku prepreku između osoba.

HIGIJENA I DEZINFEKCIJA RUKU. Na ulazu te na još nekoliko lako dostupnih mjesta neophodno je postaviti dozatore s dezinficijensom za dezinfekciju ruku. Sredstvo za dezinfekciju potrebno je u količini od 1 do 2 ml nanijeti na suhe i čiste dlanove (obično jedan potisak na dozatoru, ili prema uputama proizvođača). Dlanove i područje između prstiju potrebno je protrljati dok se ne osuše, a sredstvo nije potrebno ispirati. Potrebno je voditi brigu o dostatnoj upotrebi dezinficijensa za ruke te se obavezno javiti odgovornoj osobi u slučaju da je u dozatoru preostala manja količina sredstva za dezinfekciju kako bi se osigurala nova količina. Pranje ruku potrebno je provoditi nakon kihanja, kašljanja i slično. Nakon pranja ruku sapunom i vodom, za sušenje ruku mogu se koristiti papirnati ubrusi za jednokratnu upotrebu koje nakon korištenja

treba odbaciti u kantu za otpad sa poklopcem. Potrebno je provoditi strogu higijenu i dezinfekciju ruku i korištenih i dodirnutih površina i predmeta prije i poslije upotrebe toaleta.

EDUKACIJA O AKTUELNOJ SITUACIJI. Treba iskoristiti svaku priliku za podsjećanje, podizanje nivoa znanja, pozitivnu promjenu stavova, ponašanja i navika o značaju preventivnih higijenskih mjera.

ULAZAK U OBJEKAT I SALU ZA SJEDNICU. Treba spriječiti okupljanje na ulazu u objekat i ispred sale za sjednicu, u holovima i hodnicima, uz obavezno nošenje zaštitne maske i održavanje distance među osobama. Potrebno je ograničiti ulazak svim „trećim“ licima koja nisu dio radnog procesa. Odmah nakon ulaska potrebno je oprati ruke sapunom i vodom i izvršiti dezinfekciju ruku, ali bez okupljanja velikog broja osoba na jednom mjestu (npr. u jednom toaletu).

KRETANJE PO OBJEKTU I SALI ZA SJEDNICE, TE IZVAN ISTIH. Prolazak kroz zajedničke prostorije i kretanje po sali za sjednice treba izbjegavati i skratiti na minimum, a kada je navedeno neophodno, prolaz se organizira na način da u isto vrijeme prolazi jedna ili što manji broj osoba, dok druge osobe ne prolaze u isto vrijeme, uz poticanje svih osoba da kod takvih prolaza ne dodiruju površine i predmete. Kretanje van prostorija u pauzama će se svesti na najmanju moguću mjeru. Svaka osoba nakon povratka dužna je proći dez-barijeru i dezinfekciju ruku. U slučaju izlaska iz sale za sjednicu ili objekta, apeluje se na sve osobe da koriste stepenište gdje i kad god je to moguće, da bi izbjegli boravak u zatvorenom prostoru lifta i da bi izbjegli dodirivanje tipki, šteka i vrata lifta. Također, koristeći stepenište ne dodirujte rukohvate niti bilo kakve predmete i zidove u zgradi. Nakon ulaska/povratka svi su dužni temeljito oprati ruke sapunom i vodom, najmanje 20 sekundi, i dezinfikovati sredstvima za dezinfekciju ruku na bazi 70%-tnog alkohola. Uputa o pravilnom pranju ruku treba biti postavljena u prostore toaleta i svih mjesta gdje se peru ruke na vidljivom mjestu (Uputa o pravilnom pranju ruku u prilogu). Potrebno je onemogućiti zadržavanje u prostorijama suvišno vrijeme mimo vremena trajanja sjednice, radnog tijela ili pretresa i sl.

PONAŠANJE OSOBA U SLOBODNO VRIJEME. Izvan procesa rada u skupštini, vijeću, sudu ili radnom tijelu svi su dužni da se pridržavaju što je više moguće pravila kojima se smanjuje njihova mogućnost zaraze (izbjegavanje mjesta gdje se okupljaju osobe, dosljedno provođenje fizičke distance i higijene, pranje ruku, nošenje maske i sl.).

KARAKTERISTIKE PROSTORA ZA ODVIJANJE SJEDNICA. Sve aktivnosti provodile bi se u jednom prostoru, kako bi se izbjeglo bespotrebno kretanje. Preporučuje se prostorija što veće površine i visine, prozračna i osunčana (odgovarajući izvor dnevnog svjetla), vratima odvojena od ostalih prostorija. Potrebno je da se prostorija može provjetravati vanjskim zrakom. Za sjednice u salama neophodno je organizovati raspored sjedenja poštujući obaveznu udaljenost od dva metra u svim smjerovima ili koristeći barijere od pleksigasa. Za sjednice u manjim prostorijama na sudovima ili prilikom rada u komisijama i radnim tijelima neophodno je osigurati najmanje 4 m² po osobi u prostoriji.

ORGANIZACIJA SJEDENJA. Neophodno je poštovati udaljenost od najmanje dva metra između svake osobe u sali za sjednicu u svim smjerovima. Mjesta za sjedenje trebaju biti pozicionirana prema naprijed, tako da svaka osoba prilikom sjedenja gleda prema naprijed. Treba izbjegavati organizaciju sjedenja koje bi dovelo do direktnog *en face* položaja jednih prema drugima. Sjedit će se po principu „cik-cak“, obezbjeđujući i na taj način adekvatnu distancu. U slučaju potrebe za odvijanjem dijela rada u grupama, ovakav princip rada treba da traje što je moguće kraće bez da proces rada bude ugrožen, te je neophodno ispoštovati mjere distance, nošenje maski, prozračivanje prostora i ostale propisane preventivne higijenske mjere.

TRAJANJE SJEDNICA I PAUZE. Preporučuje se da sjednice traju što je kraće moguće bez da se ugrozi proces rada, te samim time smanjenje mogućnosti nepoštivanja higijenskih mjera i rizika za obolijevanje. Potrebno je redovno praviti pauze radi prozračivanja i provođenja mehaničkog čišćenja i dezinfekcije, kada osobe na sjednici ne bi trebalo da borave u sali za sjednice. Ukoliko postoji mogućnosti, treba omogućiti boravak u vanjskom prostoru za vrijeme trajanja pauze, te voditi računa o vremenskim i sigurnosnim aspektima.

LIČNA OPREMA. Osobe na sjednice dolaze sa minimalnim stvarima koje su neophodne, te opremu i pribor ne dijele međusobno.

SPREMAČICE I ČIŠĆENJE. Potrebno je obezbijediti mehaničko brisanje podova ukoliko su podovi izrađeni od materijala koji se može mokro čistiti, i dezinficiranje svih korištenih površina. Dodirne tačke kao što su ručke na vratima, ručke na prozorima, radne površine, tipkovnice, konzole, česme u toaletima i kuhinjama, tipke vodokotlića, daljinske upravljače, prekidače za struju, te druge dodirne površine koje koristi veći broj osoba neophodno je dezinficirati više puta tokom trajanja sjednice, tokom svake pauze. Čišćenje se provodi kada osobe na sjednici nisu u sali. Zaposlenici na održavanju čistoće imaju obavezu voditi evidenciju o mehaničkom čišćenju i prebrisavanju dezinfekcionim sredstvom podova, toaleta i ostalih površina (Lista za evidenciju održavanja čistoće i dezinfekcije u prilogu).

HIGIJENA U TOALETIMA. Potrebno je pojačati održavanje higijene u toaletima, uz vođenje evidencije. Potrebno je obezbijediti dovoljnu količinu tečnog sapuna i ubrusa u toaletima. Preporučuje se isključiti uređaje za sušenje ruku toplim vazduhom ukoliko postoje u toaletima.

PROZRAČIVANJE PROSTORA. Prostorije je obvezno prozračivati što češće, više puta tokom trajanja sjednice, tokom svake pauze, ili ako to tehničke, vremenske i sigurnosne prilike dopuštaju ostaviti otvoren prozor kontinuirano. Izbjegavajte koristiti klimatizacijske i ventilacijske uređaje koliko god je to moguće.

UPRAVLJANJE OTPADOM. Svim redovnim komunalnim otpadom upravljat će se kao i u redovnim okolnostima. Otpad koji se smatra potencijalno infektivnim, poput zaštitnih maski, rukavica i druge zaštitne opreme, treba smjestiti u tamnu PVC kesu, svezati i ostaviti u odvojenoj prostoriji da stoji 72 sata, a nakon toga ga tretirati kao redovni komunalni otpad.

PROTOKOL POSTUPANJA U SLUČAJU POJAVE SIMPTOMA

SIMPTOMI RESPIRATORNE INFEKCIJE. Posebno treba obratiti pažnju na simptome respiratorne infekcije koji upućuju na COVID-19, a to su: groznica (izmjerena povišena tjelesna temperatura, ili osjećaj groznice ili drhtavica), ili najmanje sljedeće: bolno grlo, kašalj, curenje iz nosa; ili zapušanje nosa, kratak dah; ili otežano disanje, bol u mišićima, gubitak mirisa i okusa; ili proljev.

RIZIČNI KONTAKT. Danas se ne može govoriti o nultom riziku. Međutim, da bi se procijenio rizik neophodni su valjani podaci, pa je zato potrebno precizno definisati šta je to „kontakt“ u smislu Covid-19. „Kontakt“ je svaka osoba s kojom ste bili u kontaktu na sljedeći način: nalazili ste se u krugu od 1 metar i manje od druge osobe duže od 15 minuta bez upotrebe odgovarajuće lične zaštitne opreme (maska za lice), ili ste bili u direktnom fizičkom kontaktu sa drugom osobom, ili ste bili u kontaktu sa osobom kumulativno 15 minuta tokom jednog dana. Ukoliko ste bili u kontaktu na ovako opisani način, spadate u „visoko rizični kontakt“. Ukoliko niste bili u kontaktu na ovako opisani način (nego ste samo prošli pored osobe, razgovarali s osobom kraće od 15 minuta na udaljenosti, posebno na otvorenom prostoru, osoba nije kašljala ni kihala, niste bili u prisnom fizičkom kontaktu, ljubljenje, grljenje, srdačno dugotrajno rukovanje i slično, ili niste imali nikakav fizički kontakt), spadate u „nisko rizični kontakt“. U zavisnosti od procjene rizika (ili u bilo kojoj situaciji za koju smatrate da je sumnjiva bez obzira na prethodni opis „kontakta“) potrebno je javiti se telefonski u zdravstvenu ustanovu.

OBAVEZA MJERENJA TJELESNE TEMPERATURE. Potrebno je kod svih osoba u sali za sjednice, te svih osoba koje ulaze u salu mjeriti tjelesnu temperaturu. Preporučuje se mjerenje tjelesne temperature bezkontaktnim toplomjerom, te da se utvrdi da li postoje simptomi zarazne bolesti. U tom smislu predlaže se da svi koji ulaze u prostor za edukaciju svojim potpisom garantuju da trenutno nemaju i da u prethodna tri dana nisu imali simptome respiratorne infekcije koji bi upućivali na COVID-19 (Ček lista zdravstvenog stanja – epidemiološki upitnik u prilogu).

POSTUPANJE U SLUČAJU POVIŠENE TJELESNE TEMPERATURE. U slučaju povišene tjelesne temperature osobe na sjednicama ne trebaju dolaziti u salu, već se javljaju telefonom nadležnima i izabranom ljekaru porodične/obiteljske medicine. Ako polaznici edukacije razviju simptome COVID-19 infekcije tokom boravka na sjednici, istu će odmah napustiti, te poštovati sve mjere zaštite (maska, fizička udaljenost, pranje i dezinfekcija ruku itd.). Potrebno je kontrolisati razloge odsustva osoba sa sjednice, te interesovati se za nenajavljena odsustvovanja.

BOLESNA OSOBA. Mole se svi koji imaju simptome respiratorne infekcije, ili koji su pod rizikom da su mogli biti u kontaktu s osobama pozitivnim na koronavirus, ili su pod sumnjom da bi mogli biti zaraženi koronavirusom, da se telefonom obrate svom porodičnom/obiteljskom ljekaru. U tom slučaju ne dolazite u salu za sjednicu, samo se telefonom javite nadležnima. Kod kuće trebaju ostati i osobe koje uzimaju lijekove kao što su paracetamol, ibuprofen ili aspirin, koji mogu prikriti simptome infekcije (pod ovim se misli na osobe koje ove lijekove uzimaju kako bi

snizili tjelesnu temperature, a ne na osobe koje ove lijekove uzimaju u redovnoj terapiji, kao što npr. srčani bolesnici često uzimaju aspirin od 100 mg preventivno).

SUMNJA ILI DOKAZAN POZITIVAN SLUČAJ NA COVID-19. U situacijama kada bi se desio pozitivan slučaj na COVID-19 ili se sumnja na pozitivan slučaj neke od osoba koja je boravila u sali za sjednicu, neophodno je slijediti upute nadležne Higijensko-epidemiološke službe lokalnog Doma zdravlja ili Instituta za zdravlje i sigurnost hrane Zenica.

OPREZ I ODGOVORNOST!

Vaš INZ

1.

STATI NA PODLOGU DEZ-BARIJERE I ZADRŽATI SE NEKOLIKO SEKUNDI

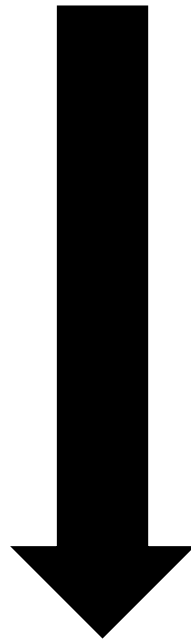
Covid-19



2.

STATI NA PODLOGU ZA POSUŠIVANJE OBUĆE

Covid-19



ISPRAVNO PRANJE RUKU

ISPRAVNO PRANJE RUKU



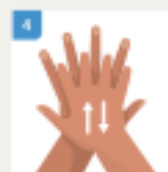
POKRVITE RUKU



UZMI TE SAPUN



TRILJAJTE DLAN O DLAN



TRILJAJTE SA GORNJE STRANE
ŠAKE IZMEĐU PRSTIJU



TRILJAJTE SA DONJE STRANE
ŠAKE IZMEĐU PRSTIJU



TRILJAJTE VIDNOVE PRSTIJU
ODJE ŠAKE



OPERITE SVAKI PRST POSEBNO



JOS JEDNOM TRILJAJTE VIDNOVE
PRSTIJU O DLAN DRUGE RUKU



ISPERITE RUKU



POSUŠITE UBRUSOM



UZMI TE NOVI UBRUS I NIM
ZATVORITE ČESMU



NAKON OVOGA
VAŠE RUKU SU ČISTE

Ruke se obavezno peru

- prije početka rada
- nakon kašlja, kihanja ili puhanja nosa
- prije rukovanja s kuhanom ili gotovom hranom
- nakon rukovanja ili pripremanja sirove hrane
- nakon rukovanja otpadom
- nakon korištenja toaleta
- nakon jela, pića ili pušenja
- nakon rukovanja novcem
- generalno-redovno

Dezinfekcija ruku se obavlja nakon svakog napuštanja radnog mjesta

LISTA ODRŽAVANJA ČISTOĆE I DEZINFEKCIJE PROSTORA I PREDMETA

RB	Datum, vrijeme i mjesto održavanja čišćenja i dezinfekcije	Ime i prezime osobe koja je obavila čišćenje i dezinfekciju	Vrsta obavljenog posla i sredstvo koje je korišteno (mehaničko čišćenje, dezinfekcija, drugo)

* Pod punom odgovornošću potpisujem ovu Listu evidencije održavanja čistoće i dezinfekcije koju sam obavio/la prema mom najboljem znanju i mogućnostima.

ČEK-LISTA ZDRAVSTVENOG STANJA – EPIDEMIOLOŠKI UPITNIK

Datum: __. __. 20__ godine

RB	Ime i prezime i broj telefona	da – ne											Vlastor učni potpis	
		Tjelesna temp. (°C)*, groznica, drhtavica	Bolno grlo	Kašalj	Curenje iz nosa	Zapušenje nosa	Kratak dah	Otežano disanje	Bol u mišićima	Gubitak mirisa i okusa	Proljev	Da li ste boravili u posljednjih 14 dana u rizičnm područjima (unutar ili van BiH)? Ako da, gdje i u kojem periodu?		Da li ste u posljednjih 14 dana bili u kontaktu sa osobama za koje sumnjate ili znate da su zaražene koronavirus om?

Ček-listu kontrolisao: _____

* Izmjeriti tjelesnu temperaturu beskontaktnim toplomjerom.

** Popunjavanjem ove Ček-liste pod punom odgovornošću izjavljujem da, prema mom najboljem znanju, nisam izostavio/la nijedan podatak.

*** Ovaj Epidemiološki upitnik ispunit će se za svaku osobu i predstavljat će osnovu za eventualno epidemiološko povezivanje kontakata sa pozitivnim slučajem na COVID-19.