

# Защита на себе си и другите

* **Останете си вкъщи, ако сте болен или може да сте болен. Следвайте стъпките за самооценка на Канадската агенция за обществено здраве:** <https://www.canada.ca/coronavirus>

# Спазвайте и демонстрирайте добър етикет при кашлица и кихане.

* **Мийте ръцете си често. Свалете бижутата, докато ги миете.**
* **Често дезинфекцирайте повърхностите с разтвор на белина, като използвате ръкавици за еднократна употреба.**
* **Насърчавайте самостоятелните дейности, за да сведете до минимум споделянето на играчки.**
* **Отстранете играчките и книгите, които трудно се дезинфекцират, като плюшени играчки, играчки за пясък/вода и пластилин.**
* **Събличайте работните си дрехи и ги перете веднага щом се приберете.**
* **Разработете писмени процедури, очертаващи мерките, предприети за намаляване на риска от**

**излагане на COVID-19 и се уверете, че всички служители, родители и хора, полагащи грижи, са наясно с тях.**

* **Насърчавайте персонала да докладва незабавно на своя ръководител, комисия по здраве и безопасност или представител по здраве и безопасност за всички проблеми, свързани със здравето и безопасността.**
* **Разработете план за непрекъснатост на дейността, който включва справяне с повишените случаи на отсъстващ персонал.**

**Лична хигиена**

* Осигурете кърпички и изхвърляйте използваните кърпички в пластмасови съдове.
* Редовно измивайте ръцете си в продължение на поне 20 секунди със сапун и топла вода
  + в началото на смените
  + преди хранене или пиене
  + преди приготвяне на храна
  + след почистване след хранене
  + след докосване на споделени предмети
  + след използване на тоалетната, смяна на пелени или след помощ на други да използват тоалетната
  + след обработка на боклука и
  + преди да напуснете работното си място.
* Поставете станции за ръчна хигиена близо до входа на сградата, така че децата и персоналът да могат да почистят ръцете си, преди да влязат.
* Обучете целия персонал как се разпространява COVID-19, какъв е рискът от излагане на вируса и какви са подходящите процедури, които трябва да се следват, включително хигиена на ръцете и други рутинни практики за контрол на инфекциите. Поставете напомнящи табели на входовете и в други области.

# Хигиена на детските заведения

* Уверете се, че тоалетните се почистват често и са заредени със сапун и хартиени кърпички. Дезинфекцирайте зоните за смяна на пелени.
* Дезинфекцирайте често докосвани повърхности, общи играчки, маси, столове, чинии, чаши, дръжки на врати, ключове за осветление и т.н.
  + Използвайте одобрени дезинфектанти за твърда повърхност, които имат идентификационен номер на лекарството (DIN), ако има такъв.
  + Ако няма почистващи препарати за домакински или търговски цели, твърдите повърхности могат да се дезинфекцират със смес от 5 ml белина (5% натриев хипохлорит) и 250 ml вода. Уверете се, че разтворът е в контакт с повърхността в продължение на 1 минута.
  + Ако не се повреждат от течности, дезинфекцирайте електронните устройства с чест допир (клавиатури, таблети, смартбордове) със спирт или дезинфекциращи кърпички.
* Използвайте кърпи и ръкавици за еднократна употреба.
* Редовно перете одеяла, кърпи за лице, хавлии, престилки, лигавници и т.н.
* Обучете работниците как да работят с и да се грижат за личните предпазни средства, както и да разбират техните ограничения.
* Разработете строг график за почистване и следете колко често се извършва почистване, особено за често използвани и докосвани зони и повърхности.

# Наблюдение

* Потвърдете при пристигане, че детето и неговият родител/детегледач нямат симптоми, не са пътували през последните 14 дни и не са били в контакт с никого, за когото има съмнение или потвърждение, че има COVID-19.
* Наблюдавайте децата за промени в тяхното здраве (напр. енергия, апетит, повишена температура, кашлица, затруднено дишане, повишена активност и др.).
* Ако детето кашля, има повишена температура или други симптоми, изолирайте го от другите в заведението. Осигурете хирургически маски на работника и детето, ако има такива (но само ако детето е на възраст над 2 години, ако му е удобно да я носи и може да я свали без чужда помощ). Свържете се с неговия родител/детегледач, за да го отведат незабавно у дома и да потърсят

подходяща медицинска помощ.

# Физическа дистанция

* Въведете различни часове за хранене за различни групи, ако е възможно.
* Осигурете възможно най-голямо разстояние по време на сън/дрямка.
* Прекарвайте повече време в игра навън, ако има повече място. Дезинфекцирайте или избягвайте катерушки, общи люлки, пързалки и друго оборудване.
* Опитвайте се да поддържате 2 метра физическа дистанция, където е възможно и безопасно.
* Ако е практично и безопасно, ограничете броя на хората в едно помещение.
* Преценете потока на движение вътре в сградата и установете еднопосочни маршрути, където това е подходящо, за поддържане на физическото разстояние.
* Използвайте подови маркировки, прегради и други знаци, за да подпомогнете мерките за физическа дистанция.
* Зачислете персонала към определени работни зони, доколкото е възможно, и проследявайте кой къде е работил, за да улесните проследяването и елиминирането на контактите, в случай че служител се зарази с COVID-19.
* Определете различно време за водене и вземане на децата, за да се намали контактът между родителите/детегледачите.
* Посрещайте децата отвън при пристигането им, като същевременно поддържате физическа дистанция с родителите/детегледачите.
* Помолете родителите/детегледачите да определят едно и също лице, което да оставя и взема детето всеки ден.
* Ограничете несъществените посетители.
* Административният персонал да работи от дома, когато е възможно.
* Ако физическата дистанция не е възможна, проучете други мерки, включително немедицински маски. Обърнете внимание, че немедицинските маски имат ограничения, трябва да се използват правилно и трябва да се носят, когато не могат да се приложат други предпазни мерки.

# Общи препоръки

* Превантивните мерки трябва да следват насоките на Агенцията за обществено здраве на Канада и Вашата агенция за обществено здраве.
* Консултирайте се с Вашата комисия по здраве и безопасност или с представител по здраве и безопасност (ако имате такъв), за да решите проблемите и да приложите превантивни мерки.
* Проверете ресурсите на регулаторния орган за здравословни и безопасни условия на труд във Вашата юрисдикция за допълнителни насоки.
* Запознайте се с основните права и отговорности на работодателите, надзорните органи и работниците по отношение на здравето и безопасността.
* Когато въвеждате мерки, винаги вземайте предвид последователността на контролите, оценявайте тяхната ефективност и правете промени, когато е необходимо:

1. Премахване/замяна (отстраняване или замяна на опасността)
2. Инженерен контрол (изолиране на хората от опасността)
3. Административни контроли (промяна или стандартизиране на начина на работа на хората)
4. Лични предпазни средства (последна защитна линия)

# Осигурете подкрепа за психичното здраве на всички работници, включително достъп до програма за подпомагане на служителите (ППС), ако има такава.

**За допълнителна информация относно COVID-19 се обърнете към Агенцията за обществено здраве на Канада.**

<https://www.canada.ca/coronavirus>

# Обърнете внимание, че това ръководство представя само част от мерките, които организациите могат да приложат по време на пандемия. Адаптирайте този списък, като добавите свои собствени добри практики и политики, за да отговорите на специфичните нужди на организацията си.