

Ogólne zasady zachowania bezpieczeństwa w Uniwersytecie Łódzkim wprowadzone w celu przeciwdziałania rozprzestrzeniania się wirusa SARS-CoV-2

§ 1

Środki bezpieczeństwa stosowane w Uniwersytecie

1. W budynkach Uniwersytetu mogą przebywać tylko osoby bez objawów chorobowych sugerujących infekcję dróg oddechowych oraz osoby, których domownicy nie przebywają na kwarantannie lub w izolacji.
2. Zobowiązuje się wszystkich do przestrzegania poniższych zasad i dobrych praktyk, a w szczególności do:
 - a) dokonywania samooceny stanu zdrowia przed przyjściem do budynku Uniwersytetu;
 - b) zasłaniania nosa i ust własną osłoną podczas przemieszczania się w budynku lub pomiędzy budynkami, gdzie istnieje ryzyko kontaktu z osobami trzecimi; obowiązek ten dotyczy także studentów, doktorantów, uczestników szkół doktorskich i innych osób uczestniczących w zajęciach dydaktycznych, chyba, że z uwagi na charakter oraz specyfikę zajęć jest to niemożliwe lub niewskazane (np. zajęcia wychowania fizycznego);
 - c) regularnego mycia (dezynfekowania) rąk, w szczególności podczas wejścia do budynku, przy użyciu udostępnianych przez Uniwersytet środków higieny osobistej oraz środków do dezynfekcji rąk,
 - d) zachowania bezpiecznej, co najmniej 1,5-metrowej odległości od rozmówcy;
 - e) stosowania zasad ochrony podczas kichania i kaszlu;
 - f) niepodawania rąk na powitanie;
 - g) ograniczenia do niezbędnego minimum bezpośredniego kontaktu z innymi użytkownikami obiektu;
 - h) niekorzystania z wind, jeśli nie jest to uzasadnione ograniczeniem sprawności lub transportem towarów ciężkich;
 - i) częstego przewietrzania pomieszczeń;
 - j) jeżeli jest to możliwe utrzymywania otwartych drzwi wejściowych do budynków i pomieszczeń tak, aby osoby wchodzące nie dotykały klamek; zaleceń tych nie stosuje się w pomieszczeniach, w których prowadzone są prace np. o charakterze laboratoryjnym wymagające utrzymania specyficznych warunków (takich jak właściwa temperatura, wilgotność powietrza, czystość powietrza, itp.) oraz inne prace, których specyfika oraz względy bezpieczeństwa tego wymagają;
 - k) regularnego mycia lub dezynfekowania powierzchni i przedmiotów często dotykanych, w szczególności takich jak biurko, klawiatura, telefon, urządzenia wielofunkcyjne, włączniki, panele sterowania w windzie, uchwyty, klamki i innych;
 - l) powstrzymania się pożyczania artykułów piśmienniczych, kalkulatorów itp.

- m) wyłączenia z użycia klimatyzatorów przenośnych i systemu klimatyzacji - o ile nie jest on niezbędny w budynkach, w których prowadzone są prace laboratoryjne, lub gdy system klimatyzacyjny jest używany w okresie grzewczym jako źródło ciepła - a także suszarek do rąk;
 - n) wyrzucania zużytych jednorazowych maseczek (rękawiczek ochronnych) do odrębnych koszy z workiem na śmieci;
 - o) stosowania się do wskazań danych w udostępnionych instrukcjach: mycia (dezynfekcji) rąk; prawidłowego zakładania i zdejmowania maseczki (rękawiczek ochronnych);
 - p) stosowanie – o ile to możliwe – płatności bezgotówkowej;
 - q) wyznaczenia i przygotowania w obiekcie wyposażonego m.in. w środki ochrony indywidualnej i płyn dezynfekujący „pomieszczenia izolacji”, w którym będzie można odizolować osobę w przypadku stwierdzenia u niej objawów zakażenia wirusem SARS-COV-2 (zob. też § 2, ust. 3).
 - r) śledzenia na bieżąco informacji podawanych przez władze Uniwersytetu, władze państwowe i służby sanitarne dotyczące zasad postępowania w związku z zagrożeniem epidemiologicznym.
3. W sytuacjach kryzysowych każdy pracownik może uzyskać wsparcie w Akademickim Centrum Wsparcia UŁ, mieszczącym się w budynku przy ul. Pomorskiej 152 w Łodzi (tel. 42 235 01 71, e-mail: acw@uni.lodz.pl) lub organizacjach świadczących nieodpłatnie porady psychologiczne na terenie miasta Łodzi.

§ 2

Postępowanie w przypadku podejrzenia zakażenia wirusem SARS-CoV-2 u pracownika lub uczestnika studiów

1. Pracownicy, uczestnicy studiów, którzy zaobserwują u siebie symptomy zakażenia wirusem SARS-CoV-2, zobowiązani są do niezwłocznego skontaktowania się z właściwymi terytorialnie służbami sanitarnymi lub innymi podmiotami (osobami), właściwymi na dzień wystąpienia tych symptomów, i stosowania się do otrzymanych wskazówek oraz poinformowania za pośrednictwem poczty elektronicznej lub telefonicznie o fakcie zakażenia koronawirusem:
 - a) pracownicy - bezpośredniego przełożonego;
 - b) studenci – dziekana;
 - c) doktoranci, uczestnicy szkół doktorskich - odpowiednio kierownika studium doktoranckiego albo dyrektora szkoły doktorskiej;
 - d) studenci i doktoranci, uczestnicy szkół doktorskich zamieszkujący w domach studenckich – kierownika domu studenckiego, który niezwłocznie informuje o tym Dyrektora Centrum Obsługi Studentów i Doktorantów;
 - e) słuchacze Studium Języka Polskiego dla Cudzoziemców – dyrektora studium.
2. Kierownicy jednostek, o których mowa w ust. 1, zobowiązani są do niezwłocznego przekazania Rektorowi informacji, o których mowa w ust. 1

3. Osoba, u której wystąpiły symptomy zakażenia, ma obowiązek natychmiastowego zaprzestania wykonywania pracy lub udziału w zajęciach. Jeżeli pozwala na to stan jej zdrowia, powinna udaje się do miejsca zamieszkania transportem indywidualnym, a w przypadku, gdy jest to niemożliwe udaje się do wyznaczonego w budynku „pomieszczenia izolacji”, gdzie oczekuje na transport. O zaistniałej sytuacji należy poinformować kierowników jednostek, o których mowa w ust. 1
4. Po wystąpieniu okoliczności, o których mowa w ust. . 3 należy wstrzymać pracę i zajęcia w jednostce oraz powiadomić o sytuacji właściwą miejscowo powiatową stację sanitarno-epidemiologiczną, stosując się ściśle do otrzymanych instrukcji i poleceń.
5. Po ustaleniu obszaru, na którym poruszała się i przebywała osoba z objawami koronawirusa, należy przeprowadzić rutynowe sprzątnięcie i dezynfekcję powierzchni.
6. Przy ustalaniu, czy należy wdrożyć dodatkowe procedury biorąc pod uwagę zaistniały przypadek, należy stosować się do zaleceń Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego.

§ 3

Postępowanie w przypadku zakażenia wirusem SARS-CoV-2 u osoby spoza Uniwersytetu

1. Zakazuje się wejścia do budynków Uniwersytetu osobom spoza Uniwersytetu w przypadku występowania u nich wyraźnych oznak choroby, tj. uporczywego kaszlu, złego samopoczucia, trudności w oddychaniu.
2. Administratorowi obiektu należy zgłosić każdy przypadek kontaktu z osobą spoza Uniwersytetu, wskazującą na zakażenie wirusem SARS-COV-2.
3. Po ustaleniu obszaru na którym poruszała się i przebywała osoba z objawami koronawirusa należy przeprowadzić rutynowe sprzątnięcie i dezynfekcję powierzchni oraz – jeżeli to możliwe – ustalić i sporządzić listy pracowników, uczestników studiów i osób spoza Uniwersytetu, obecnych w tym samym czasie w budynku, w którym przebywała ta osoba.
4. Przy ustalaniu, czy należy wdrożyć dodatkowe procedury biorąc pod uwagę zaistniały przypadek należy stosować się do zaleceń Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego.

§ 4

Instrukcje

Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



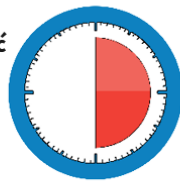
5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwa nadgarstki.

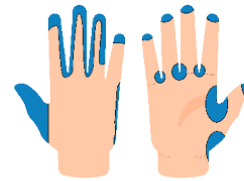


7 Splucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wysusz je starannie.



**Całkowity czas:
30 sekund**

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Główny Inspektorat Sanitarny



/GIS_gov



/GISgovpl



/GIS_gov_pl



/gis.gov.pl

Jak skutecznie dezynfekować ręce?

Użyj środka do dezynfekcji rąk,
który zawiera co najmniej 60% alkoholu.

Czas trwania:
do wyschnięcia
dłoni



1 Nanieś taką ilość preparatu, aby dłonie były całkowicie zwilżone



5 Pocieraj górną część palców prawej dłoni o wewnętrzną część lewej dłoni i odwrotnie



2 Pocieraj dłoń o dłoń rozprowadzając preparat na całą powierzchnię



6 Ruchem obrotowym pocieraj kciuk lewej dłoni wewnętrzną częścią prawej dłoni i odwrotnie



3 Pocieraj wewnętrzną częścią prawej dłoni o grzbietową część lewej dłoni i odwrotnie



7 Ruchem okrężnym opuszkami palców prawej dłoni pocieraj wewnętrzne zagłębienie lewej dłoni i odwrotnie



4 Spleć palce i pocieraj wewnętrznymi częściami dłoni



8 Po wyschnięciu ręce są zdezynfekowane



Ministerstwo Zdrowia





Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć rękawice



Przed nałożeniem na dłonie rękawic **dokładnie umyj ręce wodą z mydłem** przez minimum 20 sekund

ZAKŁADANIE:



1

Wymij rękawicę z opakowania



2

Uchwyć ją w miejscu, w którym powinien znajdować się nadgarstek i płynnym ruchem wsuń ją na dłoń



3

Natóż pierwszą rękawicę



4

Drugą rękawicę wymij gołą dłonią



5

Odwiń zewnętrzną powierzchnię nakładanej rękawicy zgiętymi palcami dłoni w rękawicy i natóż na drugą rękę



1

Złap palcami jedną rękawicę na wysokości nadgarstka i ściągnij ją wywracając rękawicę wewnętrzną stroną na wierzch



2

Trzymaj zdjętą rękawicę w ręce w rękawiczce i ruchem ślizgowym włóż palce gołej ręki między rękawicę a nadgarstek. Zdejmij drugą rękawicę zdejmując ją wzdłuż dłoni, a następnie naciągnij na trzymaną w palcach rękawicę



3

Wrzuć zdjęte rękawice do kosza

ZDJEMOWANIE:



Nie wrzucaj rękawiczek do toalety!



Nie dotykaj twarzy w rękawiczkach!

Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć maseczkę



1



Przed nałożeniem maski **umyj ręce mydłem i wodą** lub **płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu**

2

Zakryj usta i nos maską i upewnij się, że między twarzą a maską **nie ma żadnych przerw**



3



Unikaj dotykania maski podczas jej używania; jeśli to zrobisz, umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu

4

Wymień maskę na nową, gdy tylko będzie wilgotna, nie używaj ponownie masek jednorazowych



5



Aby zdjąć maskę - chwyć ją od tyłu za wiązanie (nie dotykaj przodu maski!)

6

Wyrzuć maseczkę do zamykanego pojemnika; umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu



Nie wrzucaj maseczki do toalety!

