

Verklagsreglur vegna Covid-19 og samkomubanns.

Sjúkrabjálfarar

- Grundvallarsmitgát - handþvottur og handsprittun fyrir og eftir komu hvers sjúklings.
- Ef sjúkrabjálfi er með kvef, hálsbólgu, hita, hósta, beinverki eða önnur flensulík einkenni þá á viðkomandi ekki að vera á vinnustaðnum.
- Ef sjúkrabjálfi verður var við að skjólstæðingur sé með þessi sömu einkenni þá þarf að beina honum úr húsi enda hafa verið gefin skýr skilaboð frá stofunni hvað þetta varðar.
- Sjúkrabjálfi vinnur í hönskum þar sem skipt er um hanska á milli skjólstæðinga.
- Nota skal maska ef nálægð við skjólstæðing er minna en 2 metrar í meira en 15 mín.
- Sótthreinsa skal með sótthreinsiúða eða spritti og pappírspurrku snertifleti allra tækja og búnaðar sem notaður er við meðhöndlun sjúklings.
- Ef ekki er hægt að sótthreinsa búnað nægilega vel á milli skjólstæðinga þá skal sá búnaður ekki vera í notkun.
- Bakstar og blandstraumstæki verða ekki í notkun.
- Koddar og teppi verða fjarlægð úr herbergjum og sölum en skjólstæðingum skal bent á að koma með sitt eigið ef þörf er á.
- Allir skjólstæðingar sem leggjast á bekk í herbergjum þurfa að hafa lök sem síðan er gengið frá í plastpoka og svo í lakahólf að lokinni meðhöndlun.
- Sótthreinsa þarf höfðagöf með sótthreinsiúða ef skjólstæðingur hefur legið í magalegu.
- Sótthreinsa bekk, fótarúllu og kubb regluega með sótthreinsiúða. Hafa lokið yfir öllum snertifletinum (bekk, rúllu).
- Sjúkrabjálfi vinnur einungis í því herbergi sem hann er skráður í, á hverjum tíma. Ef skjólstæðingur fer í togbekk, stuttbylgjur, eða aukaherbergi vegna einhvers annars – þá þarf að skrá það í sjúkraskrá svo smitrakning á staðnum sé á hreinu. Lakið þarf að fylgja skjólstæðingi.
- Spritta og sótthreinsa hurðarhúna slökkvara og aðra snertifleti reglulega og í dagslok.
- Sjúkrabjálfi sem vinnur í tækjasal þarf að fylgja sínum skjólstæðingum þar vel eftir.
- Sjúkrabjálfi skal brýna fyrir skjólstæðingum sínum umgengnisreglur í tækjasal, þ.e. sprittun fyrir og eftir notkun í tækjasal.
- Hvetjum fólk til að nota hanska í tækjasal, en engu að síður er þörf á að spritta snertifleti
- Segið skjólstæðingum ykkar að vera ekki að koma of snemma í bókaðan tíma – takmarka tímenn sem setið er á biðstofu, þó svo að fjarlægðarmörk þar séu virt.
- Mikilvægt er að halda tímaáætlun svo skjólstæðingar þurfi ekki að bíða óþarflega lengi á biðstofu.
- Fatnaður sjúkrabjálfa: Ef unnið er í bolum /peysum með síðum ermum þá þurfa þær að vera þröngar eða með stroffi.

- Vinnufatnað ætti eingöngu að nota í vinnunni. Ef farið er út úr húsi í vinnufatnaði þá ætti sjúkrabjálfi að fara beint heim og hengja fatnaðinn upp í þvottahúsi eða á álíka stað eða setja í þvott.

Móttökuritarar

- Grundvallarsmitgát - handþvottur og handsprittun. Unnið með hanska.
- Minna einstaklinga á að spritta áður en þeir slá sig inn í bókaðan tíma á Ípad.
- Þrifa lyklaborð, posa, ípad og headphone og annan búnað í afgreiðslu reglulega.
- Þvo allan þvott á 60°.
- Benda fólki á 2 metra fjarlægðarmörk í biðstofu.

Tækjasalur

- Komið getur til þess að tækjasalur verði lokaður almenningi til að uppfylla svo öruggt sé 2 metra fjarlægð á milli manna og einnig til að tryggja að ekki verði fleiri en 100 manns í húsi á sama tíma. Eins og er þá gætum við verið tæp á þessum hámarksfjölda, en það fer svolítið eftir því hvernig mæting verður í hópana á næstunni.
- Grundvallarsmitgát í tækjasal - handþvottur og handsprittun.
- Brýna skal fyrir hverjum og einum notanda umgengnisreglur í tækjasal, þ.e. sprittun fyrir og eftir notkun í tækjasal og fólk er hvatt til að nota hanska.
- Tryggja gott aðgengi að spritti, sótthreinsiuða, pappírspurrkum, sótthreinsiklútum, hönskum og ruslafötum.

Hópar - námskeið

- Hóppjálfun / námskeiðum verður haldið úti en takmarkaður fjöldi verður í öllum hópum vegna stærð salanna – hámarksfjöldi er 10 manns í hverjum hópi til að tryggja 2 metra fjarlægðarmörk.
- Hópar sem eru skráðir í sal A eða B ættu að vera að mestu leyti inni í þeim sal og takmarka ætti aðgang í tækjasal á hverjum tíma.
- Ef lagst er á dýnu þá þarf að þrifa dýnu fyrir og eftir notkun eða koma með sitt eigið handklæði. Ef einhver búnaður er notaður þá þarf að sótthreinsa hann (rúllur, boltar, teygjur, lóð).
- Beina þeim tilmælum til fólks í hópum að takmarka notkun á sturtu og búningsklefa sé hægt að komast hjá því til að tryggja 2 m fjarlægðarmörk í undir 15 mín.

Starfsmannaaðstaða

- Grundvallarsmitgát - handþvottur og handsprittun.

- Á skrifstofu sjúkrabjálfa þarf að passa upp á fjarlægðarmörkin ef setið er lengur en í 15 mín samfleytt, færa sig í annað sæti eða fara inn í úthlutað herbergi.
- Vinsælasti staðurinn í húsinu – kaffistofan getur aðeins tekið 7 manns í einu út frá fjarlægðarmörkum. Margir eru með skáðan matartíma kl 12. Ef hægt er að taka matartíma á öðrum tíma vegna afboðana eða tilfærslu þá endilega gerið það eða dveljið ekki lengur er 15 mín á matartíma svo aðrir komist að.
- Gangi þetta ekki upp þá verður næsta skref tekið í þá átt að hópaskipta matartímum svo samkomubanni verði algjörlega fylgt.
- Setjið áhöld sem þið notið í uppvottavél eða vaskið upp úr heitu sápuvatni.
- Viðhafið smitgát í eldhúsi og sótthreinsið snertifleti svo sem handföng og takka
- Fimmtudagshádeginn verða sett á hold 😞

Þrif

- Skv því sem fram hefur komið þá er búið að tryggja regluleg þrif á öllum helstu snertiflötum á stofunni.
- Dagleg þrif á salernum og vöskum verða aukin og tæming ruslafatna verður tíðari.

Við erum öll almannavarnir!!

Reykjavík 15.mars 2020 - AÓ