

Дел.бр.337-1/20  
Вршац, 17.07.2020.

На основу Правилника о превентивним мерама за безбедан и здрав рад за спречавање појав еи ширења епидемије заразне болести („Сл.гласник РС“, бр.94/2020) директорица Високе школе струковних студија за васпитаче у Вршцу, дана 17.07.2020. године доноси:

### УПУТСТВО И ИНСТРУКЦИЈЕ ЗА БЕЗБЕДАН И ЗДРАВ РАД У ЦИЉУ ЗАШТИТЕ ЗДРАВЉА ЗАПОСЛЕНИХ И СТУДЕНАТА ОД ЕПИДЕМИЈЕ ЗАРАЗНЕ БОЛЕСТИ

Запослени је у обавези да:

1. Спроводи све превентивне мере безбедности и здравља на раду како би сачувао своје здравље, као и здравље других
2. Наменски користи прописана средства и опреме за личну заштиту на раду и да са њима пажљиво рукује
3. Додатно брине о својо хигијени тако што ће редовно и правилно прати руке
4. Личну одећу држи одвојену од средстава и опреме за личну заштиту на раду и радног одела
5. Обавезно обавести послодавца уколико посумња на симптоме заразне болести код себе, док других запослених или чланова своје породице
6. Пре почетка рада прегледа своје радно место укључујући и средства за рад која користи, као и средства и опрему за личну заштиту на раду и да у случају уочених недостатака извести послодавца или друго овлашћено лице
7. Пре напуштања радног места, да радно место и средства за рад остави у стању да не угрожавају друге запослене
8. У складу са својим сазнањима, одмах обавести послодавца о неправилностима, штетностима, опасностима или другој појави која би на рандом месту могла да у случају уочених недостатака извести послодавца или друго овлашћено лице.
9. Сарађује са послодавцем и лицем за безбедност и здравље на раду, како би се спровеле додатне неопходне мере за безбедност и здравље на раду.
10. Све горенаведено се прилагођено околностима односи и на студенте.

## МЕРЕ ЗАШТИТЕ



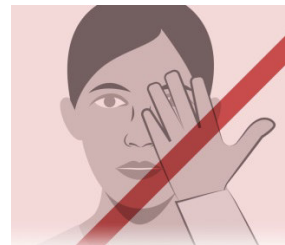
Перите руке око 20 секунди сапуном и топлом водом или користите гел за дезинфиковање



Кашљите и кијајте у папирне марамице



Уколико немате марамицу, користите рукав



Избегавајте додир очију, носа и усана неопраним рукама

### Најбољи начин да се руке исправно оперу

**Корак 1:** Поквасите руке (шаке) текућом водом.

**Корак 2:** Употребите довољно сапуна да се прекрију мокре шаке.

**Корак 3:** Истрљајте све површине шака – укључујући делове на позадини, између прстију и испод ноктију – чинећи то најмање 20 секунди.

**Корак 4:** Темељно исперите текућом водом.

**Корак 5:**осушите руке чистим убрисом/марамицом или пешкиром за једнократну употребу.

### Шта да радите ако посумњате на нову КОРОНА ВИРУСНУ инфекцију?



Ако имате температуру, кашаљ и отежано дисање, потражите лекарску помоћ са првим симптомима болести како бисте



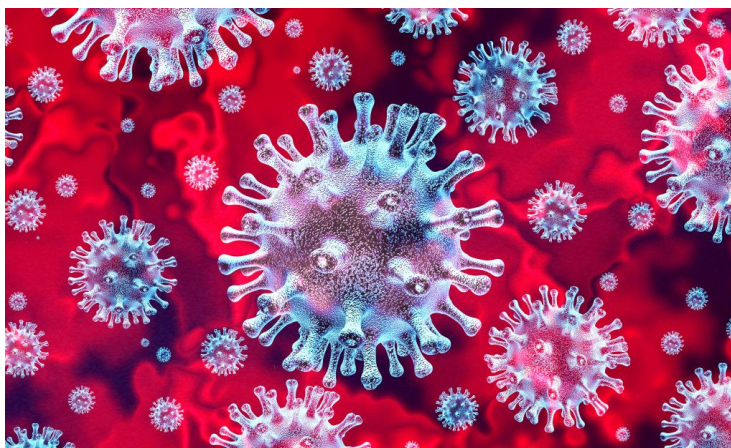
смањили ризик од развоја тежих облика инфекције и сетите се да кажете свом лекару ако сте недавно путовали у вирусом угрожена подручја.

Узимање лекова на своју руку попут антибиотика није ефикасно, против КОРОНА ВИРУСА и може чак бити штетно.

## УПУТСТВО ЗА ПОНАШАЊЕ У ВЕЗИ КОРОНА ВИРУСА

- 1) Не паничите! Будите разумни, свесни, опрезни и организовани, свако у свом окружењу (породица, посао, школа...). Детаљно испланирајте како ћете да се понашате ако се појаве први симптоми.
- 2) Важно је да се онај који допутује из иностранства сам пријави где је све и колико боравио.
- 3) Општа лична хигијена.
- 4) Храните се здраво. Једите воће и поврће и све оно што ће да вам подигне имунитет и ублажи клиничку слику. Намирнице добро оперите и довољно термички обрадите.
- 5) Користите лепе дане да се што више излажете сунцу уз шетњу без боравка у групама где нема загађења.
- 6) Обавезно избегавајте боравак у групама.
- 7) Ако већ дође до заразе, лечење се спроводи у изолацији. Таква особа није у стању да ради и не треба ни због других да одлази на радно место

## УПУТСТВО О МЕРАМА ПРЕВЕНЦИЈЕ ЗА КОРОНА ВИРУС - КОВИД-19



### ЗАШТИТИТЕ СЕ

Корона вируси (*CoV*) су велика породица вируса који изазивају болести у распону од благе прехладе до тежих респираторних болести, попут познатог блискоисточног респираторног синдрома (*MERS-CoV*) и тешког акутног респираторног синдрома (*SARS-CoV*). Поред ових познатих корона вируса, тренутно се појавио нови корона вирус (2019-*nCoV*) који је добио назив КОВИД-19. То је сој који раније није идентификован код људи.

## МЕРЕ И АКТИВНОСТИ ЗА ПОСТУПАЊЕ У СЛУЧАЈУ СУМЊЕ ДА ЗАПОСЛЕНИ ИЛИ СТУДЕНТИ ИМАЈУ КОВИД -19

### ЗНАЦИ, СИМПТОМИ ИНФЕКЦИЈЕ КОРОНА ВИРУСОМ

Респираторни симптоми попут:

- главобоље, цурења из носа,
- високе температуре преко (38<sup>0</sup> С), грознице,
- јаког кашља, упаљеног грла и
- отежаног дисања.

У тежим случајевима инфекције, може доћи до:

- упале плућа,
- јаког акутног респираторног синдрома.

А у појединим случајевима долази до:

- отказивања бубрега и смрти



**Појавом првих симптома потребно је да:**

- **КОНТАКТИРАЈТЕ СЛЕДЕЋЕ БРОЈЕВЕ Дома здравља:**

-

- **Контакт телефони: Дом здравља Вршац, Центар за респираторне инфекције 013 809 000; Хитна помоћ 013 839 538; 065 420 6932; 062 885 1260; 065 334 8976**

- **Консултовати лекара телефонски или одласком у најближу амбуланту;**
- **Ограничити контакте са здравим особама („самоизолација“);**
- **Спречити ширења капљица респираторног тракта приликом кијања и кашљања (користити марамицу за једнократну употребу употребу, односно кијање надлактицу);**
- **НЕ долазити на посао или на предавања, вежбе итд. уколико се појаве горенаведени симптоми ) грозница, кашаљ или потешкоће са дисањем.**

**Ако сумњате да сте заражени вирусом, о томе одмах обавестите:**

- непосредног руководиоца.
- све особе са којима сте комуницирали;
- лекара /дежурног епидемиолога;

## **ОБАВЕЗЕ ВИСОКЕ ШКОЛЕ У СЛУЧАЈУ ПОЈАВЕ КОВИДА 19 КОД ЗАПОСЛЕНИХ ОДНОСНО СТУДЕНАТА**

1. Простор у којем је боравио запослени заражени се редовно физички и хемијски дезинфикује и проветрава;
2. Поштују се процедуре уласка и изласка у просторије Високе школе, користе прописана средства и опрема за личну заштиту на раду и друге мере заштите током процеса рада;
3. Прецизно се дефинишу правци кретања запослених из организационих јединица из којих је заражени кроз радне и помоћне просторије,
4. Прецизно се дефинишу правци кретања запослених из организационих јединица из којих нема заражених кроз радне и помоћне просторије у којима је боравио заражени;
5. Контакти запослених из организационе јединице у којој је боравио запослени који је заражени са другим запосленима се свде на нужне уз прописане мере заштите.
6. Све горенаведено прилагођено околностима важи и за студенте.
- 7.

### **КАКО СЕ ШИРИ КОРОНА ВИРУС**

Када неко ко има КОРОНА ВИРУС кашље или издише, ослобађа капљице заражене течности. Већина ових капљица пада на оближње површине и предмете - попут столова или телефона. Људи би могли добити КОРОНА ВИРУС додиривањем загађених површина или предмета - а затим додиривањем очију, носа или уста. Ако стоје на удаљености од једног метра од особе са КОРОНА ВИРУСОМ, могу је добити удисањем капљица које оболели искија или искашље. Другим речима, КОРОНА ВИРУС се шири на сличан начин као и грип. Већина особа заражених КОРОНА ВИРУСОМ има благе симптоме и опоравља се.

Са овим Упутством је потребно упознати све запослене и студенте истицањем упутства на портал школе.

Др Јелена Пртљага

---

директорица