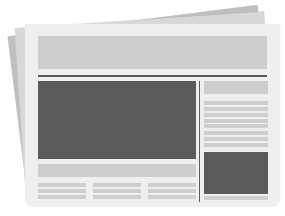


COVID-19

ÖNLEMLERİ



GÜNDEM

COVID-19 ETKİLERİ



•**Stres;** Kişinin kendisine veya sevdiğilerine yönelik hastalık bulaşıp bulaşmayacağına dair düşüncelerinde artışla beraber yaşadığı sıkıntılı süreç.

•**Korku;** Salgın hastalığa sebep olan virüsten kaynaklanan korku duygusunda artış.

•**Kaygı / Belirsizlik;** Sağlık otoritelerinin salgının sonlanmasına yönelik net bir açıklama

yapamamaları sebebiyle salgın sürecinin belirsizliklerle dolu olması ve bu belirsiz ortamın kaygı düzeyini arttırması.

•**Tehdit algısı;** Kişilerin kendilerine virüs bulaşma riskini yoğun bir şekilde hissetmeleri.

•**Damgalanma;** Hastalığa yakalanan kişinin ayrımcılığa maruz kalmasıyla yaşadığı gerginlik.

•**Değişen sosyal ilişkiler;** Sosyal bir varlık olan insanın salgın hastalık sebebiyle evden çıkamaması sonucu oluşan izolasyon durumunun yarattığı stres.

•**Günlük rutinlerin değişmesi;** Salgın hastalık öncesi olan alışkanlıklarımızı yapamamanın yarattığı gerginlik durumunun artması.

•**Eğitim sürecindeki değişiklikler;**

Öğrencilerin okula gidememesi ve eğitim süreçlerine evden devam etmek zorunda kalmaları.

•**Aksayan tedavi süreci;** Düzenli tedavi gören bireylerin tedavi süreçlerindeki aksamalardan kaynaklanan sorunların ortaya çıkması.

•**Kayıp/yas;** Salgın hastalığa bağlı yaşanan kayıplar (bir yakının ölümü, iş kaybı, gelir kaybı, ilişki kaybı...) ve buna bağlı ortaya çıkan yas durumları. Kayıp ve değişikliklerden kaynaklanan yas süreci birtakım duygusal, davranışsal, zihinsel tepkileri beraberinde getirmektedir. Zorlu yaşam olayına verilen tepkilerde olduğu gibi kayıp sonrası gösterilen yas tepkileri de kişiden kişiye farklılık gösterebilir. Kayıp sonrası ritüellerin (cenaze defin işlemleri, taziye, sosyal destek) farklılık göstermesi yas sürecini etkilemektedir.

ÖZEL İÇERİK YETİŞKİNLERDE GÖRÜLEBİLECEK RUHSAL TEPKİLER



- Sürekli tedirgin ya da panik olma . -Kendini güvende hissetmeme
- Kendini değersiz hissetme. -Öfke, gerginlik, sinirlilik, huzursuzluk
- Kendine ya da sevdiğilerine yönelik çeşitli endişe, korku ve kaygılar
- Sürekli üzgün olma. -Aşırı umursamazlık. -Umutsuzluk, çaresizlik, çökkünlük.
- Kendini katı ve duygusuz hissetme. -Her şeyin kontrolden çıktığını düşünme.
- Ne olup bittiğini anlayamama. -Dünyayı anlamsız ve boş görme
- Başkaları tarafından anlaşılmadığını düşünme. -Karar verme güçlüğü
- Dikkati toplamada güçlük. -Aklın karışması, -İştah bozuklukları
- Baş ve karın ağrısı gibi somatik şikâyetler. -Bağışıklık sisteminin bozulması.
- Yorgunluk, bitkinlik, tükenmişlik, -Sık sık terleme, titreme ve ürperme. -Vücut kaslarının sürekli gergin olması, -Uykusuzluk ve uyku sorunları,
- İçer kapanma, kendini toplumdan uzak tutma. -İlişkilerde yaşanan çatışmaların artması, -Günlük aktivitelerden zevk alamama -Takıntılı olma hali



UZMAN GÖRÜŞÜ OKUL SÜRECİNDE KARŞILAŞILABİLECEK SORUNLAR

- Yüz yüze eğitim sürecinden uzak kalındığı için okula uyum sorunu.
- Ev ortamının konforlu yapısına alışıldığı için okula başlama ve okula devam etme ile ilgili sorunlar.
- Okul ve okula ilişkin sorumlulukların tekrar kazanılması sürecinde zorluklar.
- Ders çalışma ile ilgili motivasyonlarında düşme.
- 'Okulda virüs kapar mıyım?' endişesi ile okula gitmek istememe.
- 'Okulda virüs kapar mıyım?' endişesi ile arkadaşlarıyla hiç iletişim kurmama
- Hastalığın bölgelerle veya etnik kökenlerle ilişkilendirilmesi. (Covid-19 hastalığına sebep olan virüsün farklı sosyoekonomik düzey, ırk, etnik kökene mensup insanları etkilemediği, tüm insanlar için hastalık bulaşma riskinin aynı olduğu unutulmamalıdır.)
- "COVID-19 hastalığına yakalanmış bireyler için "virüsü yayan", "başkalarına bulaştıran" gibi suçlayıcı ifadeler kullanılması. (Bu tür ifadeler, insanların damgalanmasına sebep olduğu için sosyal ilişkileri olumsuz etkilemektedir.)
- Okul ortamında, Covid-19 hastalığı ile ilgili gerçek olmayan bilgilerin yayılması. (Hastalıkla ilgili bilimsel verilere, güncel ve resmî sağlık otoritelerine dayanarak doğru bilgiler verilmelidir.)
- Kendisi veya yakınlarından birinin Covid-19 tanısı almış, tedavi ve kontrol süreci tamamlanmış, sonrasında okula dönen öğrencilerin dışlanması.

HABER MERKEZİ



UZMAN GÖRÜŞÜ

ÇOCUKLARA NASIL
YARDIMCI OLABİLİRSİNİZ?

Bilgi edinin:

COVID-19 salgın süreci hakkında doğru kaynaklardan alınan bilgileri paylaşın, önemini vurgulayın.

Dinleyin:

Yapabileceğiniz en iyi ve anlamlı şeylerden biri dinlemektir. Dinleyin ve görüşlerine saygı gösterin.

İzin verin:

Soru sormalarına izin verin. Gerçeğe uygun, somut, içten ve kısa cevaplar verin. Bazı çocuklar pek soru sormazlar. Soru sormaları için asla zorlamayın, sadece merak ettikleri bir şey olduğunda istedikleri zaman size sorabileceklerini söyleyin.

Normalleştirin:

Bu süreçte özellikle çocukların stres, kaygı ve korku yaşamaları oldukça normaldir. Çünkü çocuklar da hasta olup olmayacakları ya da hasta olurlarsa başlarına ne geleceği konusunda belirsizlik ve endişe yaşayabilirler.

Bu noktada çocukların yetişkinlere göre daha az hastalandıklarını ya da hastalığı daha hızlı atlatabildiklerini söyleyin. Yaşanan stres, kaygı, korku ya da üzüntü gibi duyguların normal olduğunu anlatın. Onlara üzgün ya da stresli hissetmenin ya da korkmanın yanlış olmadığını söyleyin. Bu stresli dönemin ve yaşadıkları duyguların geçici olduğunu, yaşamın bir süre sonra normale döneceğini belirtin.

Güven verin:

Gerekli önlemleri aldığınızı ve bundan sonra da almaya devam edeceğinizi ifade edin. Yapabilecekleri olumlu kişisel davranışlara odaklanmaları için yardımcı olun.

Rahatlatın:

Her zamankinden biraz daha fazla ilgi, yakınlık ve şefkat göstererek çocukların psikolojik sağlamlıklarının artmasına büyük katkı sağlayabilirsiniz.

Koruyun:

Belirsizlik zamanlarında ani değişimler mümkün olduğunca kaçınmak önemlidir. Günlük rutin ve aktiviteleri koruyun.

Birlikte vakit geçirin:

Psikolojik sağlamlığın korunması için onlarla birlikte hoşça vakit geçirecek aktiviteler yapmak önemli ve gereklidir. Hep beraber çeşitli oyunlar oynamak, etkinlikleri uygulamak, resim yapmak, şarkı söylemek, örnek olarak yapılabilecek etkinlikler olarak sıralanabilir.

Model olun:

Kişisel öz-bakımınıza dikkat ederek, düzenli beslenmeye ve uyumaya özen göstererek, günlük rutin işlerinizi devam ettirerek, yetkililerden gelen koronavirüsten korunma ile ilgili uyarıları dikkate alarak, bu süreçte ne yapmaları ya da nasıl davranmaları gerektiği konusunda örnek olun. Sizin bu zorlu yaşam olayıyla başarılı bir şekilde baş ettiğinizi görmek çocuklarınıza umut verir ve moral aşılır.

Uzmana başvurun:

Önerileri uygulamanıza rağmen, öğrencilerinizden aşırı panik olma, ağlama nöbetleri, sürekli uyku sorunları ya da yoğun davranış sorunları gibi tepkiler gözlemliyorsanız, okul rehberlik servisi veya Ram ile iletişime geçerek uzman yardımına başvurun.

UZMAN GÖRÜŞÜ

KENDİNİZE NASIL
YARDIMCI OLABİLİRSİNİZ?

Medyayı sağlıklı kullanın; bilimsel, somut ve gerçekçi bilgiler edinin.

·COVID-19 ile ilgili olarak yetkili kişi, kurum ve kuruluşlardan gelen doğru bilgilere göre hareket edin. Haberleri aralıksız ve aşırı şekilde takip etmekten, sürekli tekrarlayan görüntüleri ve tartışmaları izlemekten kaçının

Korunma yöntemlerini öğrenin ve uygulayın.

·Salgın hastalık riskinden korunma yöntemlerini öğrenmek, uygulamak ve aile üyelerinin de bu sürece katılımını sağlamak kontrol algımızın gelişmesine ve kaygımızın azalmasına yardımcı olur.

Sağlığınıza önemseyin.

·Düzenli beslenmeye ve sağlıklı yiyecekler tüketmeye özen gösterin. ·Yeterince dinlenmeye ve uyumaya çalışın. Mümkünse spor yapın. Fiziksel sağlık ve ruh sağlığı birbiriyle yakından ilişkilidir.

Düşüncelerinizi gözden geçirin.

·Yoğun stres ya da kaygı yaşadığınızı fark ettiğinizde aklınızdan geçen düşünceleri gözden geçirerek doğru, gerçekçi ve olumlu şeyler düşünmeye özen gösterin.

·Örneğin, uyarılar ve öneriler doğrultusunda gerekli önlemleri alıyorum. Kendim ve sevdiğim için olası riskleri azaltabilirim, gerektiğinde yardım isteyebilirim.

Yaşadığınız duyguların normal ve geçici olduğunu bilin.

·Başlangıçta ortaya çıkan stres, endişe, kaygı, panik, gibi duygusal tepkiler size hiç kaybolmayacakmış gibi gelebilir, ama çaba gösterdiğinizde bu duyguların geçeceğini bilmelisiniz. ·Unutmayın ki, bu ve benzeri duygular anormal bir olay karşısında birçok insanın yaşayabileceği ortak duygulardır ve yaşanması oldukça normaldir.

Sevdiklerinizle duygu ve düşüncelerinizi paylaşın, onlarla zaman geçirin.

·Bu süreçte ailenizle ve sevdiklerinizle ilgilenmek, onlarla birlikte güzel vakit geçirmek oldukça yararlıdır. ·Önlemler nedeniyle yüz yüze görüşme imkânı bulamasanız da telefon, e-posta, sosyal medya ya da internet üzerinden arkadaşlarınızla, yakınlarınızla ya da akrabalarınızla iletişim kurmaya devam edin.

Uzmana başvurun.

·Kendinize destek olmak için yapabileceklerinizi yapmanıza rağmen, yaşadığınız stres ve kaygının etkileri artarak devam ediyorsa ve günlük yaşamınızı büyük oranda olumsuz etkiliyorsa ya da yaşadığınız stres tepkileri ile başa çıkamadığınızı düşünüyorsanız lütfen bir uzmana başvurun.

UZMAN GÖRÜŞÜ

NE ZAMAN
DESTEK ALMALISINIZ?

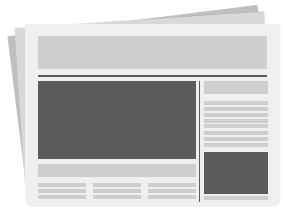
·Stres tepkilerinde zamanla herhangi bir azalma olmuyorsa, sıklığı ve şiddeti giderek artıyorsa, ·Günlük hayatınızı (ailenizi ve işinizi) ciddi şekilde olumsuz etkiliyorsa, ·Bir nedeni olmaksızın, çok yoğun korku ve endişe yaşıyorsanız, ·Aşırı kaygı ve panik belirtileri gösteriyorsanız (nefessiz kalma, sürekli titreme ve baş dönmesi, kalp atışının sürekli hızlanması, yüksek tansiyon, aşırı irkilme tepkileri vb.), ·Geleceğe ve sevdiklerinize dair yoğun endişe ve umutsuzluk hissediyorsanız **UZMANA BAŞVURUN.**

UZMAN GÖRÜŞÜ

YENİ NORMAL VE KONTROLLÜ
SOSYAL HAYAT

·Covid-19 salgın hastalığının tamamen ortadan kalkmaması sebebiyle eski yaşam alışkanlıklarımıza dönebilmiş değiliz. ·Yeni normal kavramı; salgın hastalıktan korunmak için, önlemler olarak günlük yaşamımıza devam etmektir. ·Salgın hastalığın azalarak sonlanması için bireysel olarak alacağımız önlemler hem kendimizi hem de toplumu yakından ilgilendirmektedir. ·Yeni normal kavramı beraberinde kontrollü sosyal hayat kavramını da getirmektedir. ·Yeni normal – kontrollü sosyal hayat kavramları ile ilgili tüm bireylerin birtakım sorumlulukları bulunmaktadır. ·**Maske kullanmak,** ·**Zorunlu olmadıkça kalabalık ortamlardan uzak durmak,** ·**Tokalaşma, sarılma gibi yakın temas içeren sosyal ilişkilerden uzak durmak,** ·**El hijyeni başta olmak üzere kişisel temizliğe dikkat etmek,** ·**Hastalık belirtileri gösteriyorsak zaman kaybetmeden doktora başvurmak ve gerektiğinde bireysel karantina uygulamak,**





GÜNDEM

ÖĞRETMEN ÖNLEMLERİ

12 yaş üzerindeki öğrenciler, öğretmenler ve diğer çalışanların tümü kuralına uygun maske takmalı, maske nemlendikçe ya da kirlendikçe değiştirilmeli, değiştirilmesi öncesinde ve sonrasında el antiseptiği kullanılmalıdır.

» Öğrenciler ile 1 metreden yakın temas olasılığı olan öğretmen ve diğer çalışanların tıbbi maskeye ek olarak yüz koruyucu da kullanması sağlanmalıdır. Yüz koruyucu %70'lik alkol ile silinerek tekrar kullanılabilir. Öğretmen ve çalışanlar dinlenme alanlarında en az 1 metrelik sosyal mesafeyi korumalı ve maske takmayı sürdürmelidir.



ÖZEL İÇERİK

OKULLARDA ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

COVID-19'un ana bulaşma yolu damlacık ve temas yoluyla. Okullar toplu bulunulan yerlerden olduğu için COVID-19 bulaşma açısından risklidir. Okullarda COVID-19 bulaşma riskini en aza indirmek için yapılacaklar bir süreç yönetimidir. Bu süreç yönetiminde okul yönetimi, öğretmenler, aileler, öğrenciler ve okul çalışanlarının üzerine düşen görev ve sorumluluklar bulunmaktadır. Süreç, yatılı olmayan öğrenciler ve tüm çalışanlar için sabah evde başlar ve yine akşam evde tamamlanır. Yatılı olanlar ve akşamları görevli öğretmen ve çalışanlar için, bu süreç okuldaki tüm süreyi içerir.

Okul binasının girişleri ve içerisinde uygun yerlere kurallar, sosyal mesafe, maske kullanımı, el temizliği ve öğrencilerin hangi koşullarda okula gelmemesi gerektiğini açıklayan bilgilendirme afişleri asılmalıdır. Okul binası girişleri ve içerisinde uygun yerlerde el antiseptiği bulundurulmalıdır. COVID-19 bulaşma riskini en aza indirmek için aşağıdaki önlemlere uyulmalıdır.

UZMAN GÖRÜŞÜ

GENEL ÖNLEMLER

COVID-19'dan sorumlu olarak, eğitim kurumları iş sağlığı ve güvenliği kurulları ve kurullardan sorumlu müdür yardımcısı görevlendirilmelidir.

COVID-19 ile ilgili olarak gerekli hallerde il/ilçe sağlık müdürlüğü ile iletişime geçmelidir.

» Eğitim faaliyetine başlamadan önce okul binasının genel temizliği su ve deterjanla yapılmalıdır.

» Okullarda temasız ateş ölçer, tek kullanımlık veya yıkanabilir bez maske, sıvı sabun ve el antiseptiği veya en az %70 alkol içeren kolonya bulundurulmalıdır. Kullanılmış maskeler için kapaklı çöp kutuları temin edilmelidir. Okulun girişinde ve içinde uygun yerlere maske kullanımını açıklayan posterler yerleştirilmelidir.

» Okullarda mümkünse tüm kapalı alanlar ve okulda aktif olarak bulunan kişiler göz önüne alınarak 4 metrekareye bir kişi düşecek şekilde personel ve öğrenci planlaması yapılmalı, içeriye alınması gereken kişi sayısı buna göre düzenlenmelidir.

» Sınıf, çalışma salonları, ışıklar, yemekhane, kantin vb. toplu kullanım alanları bulunması durumunda yeterli sosyal mesafenin korunması amacıyla kişiler arası en az 1 metre olacak şekilde düzenlenmelidir.

COVID-19 kapsamında alınacak önlemler okulun varsa web sayfasında yayımlanmalı; okul açılmadan önce veliler e-okul, e-posta, SMS vb. iletişim kanalları ile bilgilendirilmelidir.

» Okulların açılmasıyla velilere özel olarak hazırlanmış bir bilgi notu ekte yer alan "Bilgilendirme Formu ve Taahhütname" (Ek.1) şeklinde ve iki nüsha halinde velilere imzalatılmalı ve bir nüshası kendilerine verilmelidir.

» COVID-19 kapsamında alınacak önlemleri açıklayan bu bilgi notunda, » Ateş, öksürük, burun akıntısı, solunum sıkıntısı, ishal şikayetlerinden herhangi biri olan öğrenciler hakkında okula bilgi verilmesi ve bu öğrencilerin okula gönderilmemesi istenmeli ve doktor muayenesi önerilmelidir.

» Aile içerisinde ateş, öksürük, burun akıntısı, solunum sıkıntısı gibi COVID-19 belirtileri olan ya da COVID-19 tanısı alan, temaslı olan kişi bulunması durumunda okula ivedilikle bilgi verilmesi ve öğrencilerin okula gönderilmemesi belirtilmelidir.

» Öğrencilerin okula bırakılması ve okuldan alınması sırasında personel ve veliler sosyal mesafe kurallarına uymalı ve maske takmalıdır.

» Mümkünse öğrenciyi her gün aynı velinin bırakması ve alması sağlanmalıdır. Mümkünse büyükanne/büyükbaba gibi 65 yaş üstü kişiler veya altta yatan hastalığı olanlar öğrencileri bırakıp almamalıdır.

» Okula giriş/çıkış saatlerinde öğrenciler veliler tarafından okul dışında teslim alınıp bırakılmalıdır.

» Okulun giriş ve çıkışlarına öğrencilerin el hijyenini sağlayabilmeleri için el antiseptiği konulmalıdır.

» Okulda bulunan 12 yaş üzeri öğrenciler, öğretmen ve diğer çalışanlar maske takmalı ve maskesi olmayanlar için bina girişinde maske bulundurulmalıdır.

Bu kişiler kuralına uygun maske takmalı, maske nemlendikçe ya da kirlendikçe değiştirilmelidir. Yeni maske takılırken ve sonrasında el antiseptiği kullanılmalıdır.

» Sınıflara, koridorlara, giriş ve çıkışa yakın alanlara el antiseptikleri yerleştirilmelidir. El antiseptiğinin bulunduğu alanlar öğretmenler tarafından kontrol edilmelidir. Yutma riski nedeniyle küçük öğrenciler el antiseptiği kullanırken mutlaka denetlenmelidir.

» Öğretmen, öğrenci ve diğer çalışanlar el hijyenini öğrenmeli ve uygulamalıdır.

Eller en az 20 saniye boyunca sabun ve suyla yıkanmalıdır. Eller gözle görülür derecede kirliliğe sahip değilse, sabun ve su hazır bulunmuyorsa, alkol bazlı el antiseptiği kullanılabilir.

» Anasınınındaki öğrencilere el yıkama sırasında yardım edilmeli, yardım edildikten sonra tekrar eller yıkanmalıdır.

» Lavaboların yakınına el yıkama adımlarını açıklayan posterler yerleştirilmelidir.

» Çalışanların kullandığı kişisel koruyucu ekipmanlar evsel atığa atılmalıdır. Okullarda COVID-19 şüpheli kişi bulunduğu bu kişilere ait atıklar çift poşetlenerek evsel atıklara atılır.

» Sık dokunulan kapı kolları, merdiven korkulukları, elektrik düğmeleri gibi yüzeylerin temizliği ve dezenfeksiyonu sık sık yapılmalıdır.

» Okullarda salgın döneminde mümkünse ziyaretçi kabul edilmemelidir.

» Okullarda sınıf ve odalar pencereleri açılarak düzenli bir şekilde sık sık havalandırılmalıdır. Havalandırmada doğal havalandırma tercih edilmelidir.

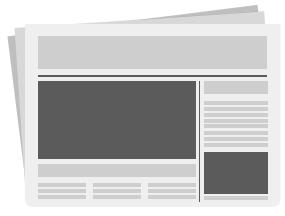
Klima olması durumunda ise Sağlık Bakanlığı tarafından yayımlanan "COVID-19 Kapsamında Klima/İklimlendirme Sistemlerinde Alınacak Önlemler" e uyulmalıdır.

» COVID-19 bulaşma riskini artıracığından salgın döneminde zorunlu olmayan toplu etkinlikler yapılmamalıdır. Yapılması gerekli görülen etkinliklerin açık alanda yapılması tercih edilmelidir.

Etkinliklerde maske takılmalı, sosyal mesafe kurallarına uyulmalıdır.

» Okullarda öğretmen, yönetici, personel toplantıları gibi idari toplantılar temastan kaçınmak amacıyla mümkün olduğunca telekonferans yöntemiyle yapılmalıdır. Bunun sağlanamadığı durumlarda Sağlık Bakanlığı tarafından yayımlanan "Kurum İçi Düşük Katılımlı Toplantılarda Alınması Gereken Önlemler" e uyulmalıdır.

» Hem öğrenciler hem de personel arasındaki okula devamsızlıklar takip edilmeli, devamsızlıklardaki artışlar il/ilçe sağlık müdürlüğü/toplum sağlığı merkezlerine bildirilmelidir.



ÖZEL İÇERİK OKULLARDA ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

COVID-19'un ana bulaşma yolu damlacık ve temas yoluyla. Okullar toplu bulunulan yerlerden olduğu için COVID-19 bulaşma açısından risklidir. Okullarda COVID-19 bulaşma riskini en aza indirmek için yapılacaklar bir süreç yönetimidir. Bu süreç yönetiminde okul yönetimi, öğretmenler, aileler, öğrenciler ve okul çalışanlarının üzerine düşen görev ve sorumluluklar bulunmaktadır. Süreç, yatılı olmayan öğrenciler ve tüm çalışanlar için sabah evde başlar ve yine akşam evde tamamlanır. Yatılı olanlar ve akşamları görevli öğretmen ve çalışanlar için, bu süreç okuldaki tüm süreyi içerir.

Okul binasının girişleri ve içerisinde uygun yerlere kurallar, sosyal mesafe, maske kullanımı, el temizliği ve öğrencilerin hangi koşullarda okula gelmemesi gerektiğini açıklayan bilgilendirme afişleri asılmalıdır. Okul binası girişleri ve içerisinde uygun yerlerde el antiseptiği bulundurulmalıdır. COVID-19 bulaşma riskini en aza indirmek için aşağıdaki önlemlere uyulmalıdır.

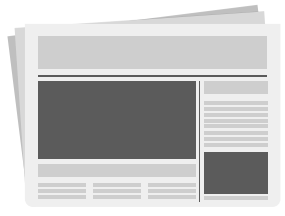
UZMAN GÖRÜŞÜ EĞİTİM ALANLARI VE SÜRECİNDE ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

- *Dersler sırasında öğretmen ile öğrenciler arasında en az 1 metre mesafe olacak şekilde oturma düzeni oluşturulmalı ve maske takılmalıdır.
- » Sınıflarda oturma düzeni yüz yüze gelecek şekilde karşılıklı olmamalı, çapraz oturma olmalıdır. Temaslı takibi için sınıflarda aynı öğrencinin aynı yerde oturması sağlanmalıdır.
- » Dersler mümkün olan en az kişi sayısı ile yapılmalı, birkaç sınıfın bir araya gelmesi ile ortak yapılan derslerde oturma düzeni sosyal mesafe en az 1 metre olacak şekilde olmalıdır.
- » Damlacık oluşturması nedeniyle sınıf içinde yüksek sesle yapılan aktiviteler yapılmamalıdır.
- » Kitap, kalem vb. eğitim malzemeleri kişiye özel olmalı, öğrenciler arası malzeme alışverişi yapılmamalıdır.
- » Öğrenciler mümkünse aynı sınıflarda ders görmeli, sınıf değişikliği yapılmamalıdır. Değişiklik zorunlu ise sınıfların her kullanım sonrası havalandırılıp temizlik ve dezenfeksiyonu yapılmalıdır.
- » Öğrencilerin günlük grup etkinliklerinde öncelikli olarak aynı grup ile etkinliğin yapılması sağlanmalıdır. Sanat, müzik, beden eğitimi gibi derslerde mümkünse grupların birbirine karışması önlenmelidir.
- » Öğrencilerin toplu halde bir arada bulunmalarını önlemek amacıyla mümkünse ders araları (tenefüsler) sınıflar sıraya konularak düzenlenmelidir.
- » Okullarda toplu olarak kullanılan yerlerin (koridorlar, kantin, spor salonu vb.) mümkünse daha az sayıda kişiyle ve dönüşümlü olarak kullanılmasına dikkat edilmelidir.
- » COVID-19 vakası olması durumunda o sınıf/oda boşaltılmalı, 24 saat süreyle havalandırılmalı ve boş tutulması sağlanmalıdır. Bunun sonrasında temizliği yapılmalıdır.
- » COVID-19 vakasının, oda temizliğini yapacak kişi tıbbi maske, forma ya da tek kullanımlık önlük, yüz koruyucu ve eldiven kullanmalıdır; temizlik görevlisi ellerini yıkadıktan sonra eldiven giymeli ve temizliği eldivenli ellerle yapmalıdır.

UZMAN GÖRÜŞÜ YEMEKHANEDE ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

- Öğrencilerin mümkün olduğu kadar kumanya şeklinde, sınıflarda aynı grup içinde yemek yemesi tercih edilmelidir.
- » Yemekhane girişlerine el antiseptiği konulmalıdır.
- » Öğrencilerin yemekten önce ve hemen sonra ellerini yıkaması sağlanmalıdır.
- » Yemekhanede masalar ve sandalyeler arası mesafe en az 1 metre olacak şekilde düzenleme yapılmalıdır.
- » Temaslı takibinin kolay yapılabilmesi için; mümkün olduğunca yemek saatleri gruplara göre belirlenmeli ve mümkün ise aynı kişilerin aynı masada yemek yemeleri sağlanmalıdır. Tenefüslerde de benzer kurallara dikkat edilmelidir.
- » Yemek öncesinde ve sonrasında ellerin bol su ve sabun ile en az 20 saniye boyunca yıkanması ve tek kullanımlık havlu ile ellerin kurulması gibi kişisel hijyen kurallarının uygulanmasına imkan veren düzenlemeler yapılmalıdır.
- » Bardak ve tabak gibi ortak kullanılan eşyalar her kullanım sonrasında su ve deterjanla yıkanmalı ve sonraki kullanımına kadar temiz bir ortamda saklanmalıdır.
- » Baharat, kürdan, tuz vb. malzemelerin tek kullanımlık olacak şekilde sunulması sağlanmalıdır. Masalarda açıkta baharat, kürdan, tuz, ekme bulundurulmamalıdır.
- » Yemekhane görevlileri kişisel hijyen kurallarına uygun davranmalı ve tıbbi maske takmalıdır. Eldiven kullanmamalı ancak sık el hijyeni sağlanmalıdır.
- » Masada yeme ve içme dışında maske takılmalıdır.
- » Açık büfe yemek servisi kullanılmamalıdır.
- » Yiyecek hazırlamada kullanılan lavabolar başka hiçbir amaçla kullanılmamalıdır.
- » Yemekler okul bünyesinde hazırlanıyorsa Sağlık Bakanlığı tarafından yayımlanan "COVID-19 Kapsamında Restoran, Lokanta, Kafe Pastane, Borekçi, Tatlıcı Ve İçerisinde Yeme-İçme Hizmeti Sunan İşletmelerde Alınması Gereken Önlemler'e uyulmalıdır.





ÖZEL İÇERİK SERVİSLERDE ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

Servis şoförleri işveren tarafından COVID-19 hakkında bilgilendirilmiştir. Servis şoförleri, kişisel hijyen kurallarına uygun şekilde hareket etmeli ve aracın içinde mutlaka tıbbi maske kullanmalıdır.

» Araç içine COVID-19 ile ilgili uyulması gereken kurallar görünür bir şekilde

asılmalı ve şoför ve yolcuların bu kurallara uyması sağlanmalıdır.

» Araçlarda giriş kapısının yanına el antiseptiği konulmalıdır.

» Servisle ulaşımı sağlayan 12 yaş üzeri öğrenci, öğretmen ve çalışanların maske takması ve mümkünse her gün aynı yere oturması sağlanmalıdır.

» Servislerde Sağlık Bakanlığı "COVID -19 Kapsamında Personel Servis Araçlarıyla İlgili Alınması Gereken Önlemler"e uyulmalıdır

UZMAN GÖRÜŞÜ

ORTAM TEMİZLİĞİ, DEZENFEKSİYONU-HAVALANDIRMASI

Binalardaki her türlü eşya, araç ve gerecin, özellikle sık dokunulan yüzeylerin (kapı kolları, telefon ahizeleri, masa yüzeyleri, musluk ve batarya başlıkları gibi) temizliğine dikkat edilmelidir. Bu amaçla, su ve deterjanla temizlik sonrası dezenfeksiyon için 1/100 sulandırılmış (5 litre suya yarım küçük çay bardağı) çamaşır suyu (Sodyum hipoklorit Cas No: 768152-9) kullanılabilir.

Klor bileşiklerinin uygun olmadığı bilgisayar klavyeleri, telefon ve diğer cihaz yüzeyleri %70'lik alkolle silinerek dezenfeksiyon sağlanmalıdır.

» Yüzey temizliği ve dezenfeksiyonu için; virüslere etkinliği gösterilmiş etken maddeleri içeren ve Sağlık Bakanlığı tarafından verilen 'Biyosidal Ürün Ruhsatı' bulunan yüzey dezenfektanları kullanılabilir. <http://cbs.cevresaglik.gov.tr/cevresaglik/Biyosidal/Dezenfektan.aspx>

» Halı, koltuk gibi yüzeyler su ve deterjanla silinebilir veya toz kaldırmayacak özelliğe sahip makineler ile yıkanabilir. Bu amaçla sıcak buhar da uygulanabilir.

» Temizlik bezleri kullanım alanına göre ayrılmalı ve her kullanım sonrası uygun şekilde temizlenmelidir. Yıkanabilen, tekrar kullanılan temizlik malzemelerinin en az 60 oC'da yıkanması önerilir. Paspas başlıkları su içerisinde bekletilmemelidir.

» Okuldaki sınıf, salon, yemekhane, yatakhane ve diğer tüm odaların kapı ve pencereleri açılarak sık havalandırılması sağlanmalıdır.

» Merkezi havalandırma sistemleri bulunan binaların havalandırması %100 doğal hava sirkülasyonunu sağlayacak şekilde düzenlenmeli, havalandırma sistemlerinin bakımı ve filtre değişimleri üretici firma önerileri doğrultusunda yapılmalıdır.

Vantilatörler çalıştırılmamalıdır. Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan "Salgın Yönetimi ve Çalışma Rehberi"nde yer alan "COVID-19 Kapsamında Klima/ İklimlendirme Sistemlerinde Alınacak Önlemler"e uygun hareket edilmelidir.

» Tuvaletlere el yıkama ile ilgili afişler asılmalıdır.

» Tuvaletlere tuvalet kağıdı konulmalıdır. Mümkünse tek kullanımlık havlu kullanılmalıdır. Hepafiltreli hava akımı ile çalışan el kurutma cihazları çalıştırılabilir.

» Tuvaletlerde sıvı sabun bulundurulmalı ve devamlılığı sağlanmalıdır. Antiseptik içeren sabuna gerek yoktur.

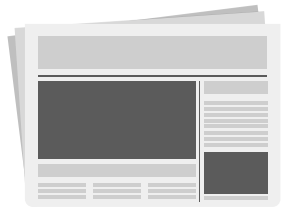
» Tuvaletlerdeki bataryalar ve sabunluklar mümkünse fotoselli olmalıdır.

» Tuvalet dezenfeksiyonu için 1/10 sulandırılmış çamaşır suyu (Sodyum hipoklorit Cas No: 7681-52-9) kullanılmalıdır.

» Temizlik yapan personelin tıbbi maske ve eldiven kullanması sağlanmalıdır.

Temizlik sonrasında personel maske ve eldivenlerini çıkarıp çöp kutusuna atmalı, ellerini en az 20 saniye boyunca su ve sabunla yıkamalı, sabun ve suyun olmadığı durumlarda alkol bazlı el antiseptiği kullanmalıdır.





HABER MERKEZİ



ÖZEL İÇERİK OLASI VAKA DURUMUNDA ALINMASINDA GEREKEN ÖNLEMLER



- » Diğer öğrencilerden ivedilikle ayrılıp, tıbbi maske takılması sağlanarak sağlık kurumuna başvurmaları sağlanmalıdır.
- » Kişi ile aynı odayı paylaşanların cerrahi (tıbbi) maske takması sağlanarak pansiyonda barınan diğer öğrencilerden izole edilmelidir.
- » Kişinin başvurduğu sağlık kurumu tarafından, İl/ilçe Sağlık Müdürlüğü Bulaşıcı Hastalıklar Birimine ivedilikle bilgi verilmelidir.
- » Sonucu COVID-19 olarak değerlendirilen vakanın temaslılarının Sağlık Bakanlığı COVID-19 rehberine göre yönetilmelidir.
- » COVID-19 tanısı kesinleşen öğrencinin odası 24 saat süreyle havalandırılır ve boş tutulması sağlanır, sonrasında detaylı bir şekilde su ve deterjanla temizlenmeli, 1/100 oranında sulandırılmış çamaşır suyu (Sodyum hipoklorit Cas No: 7681-52-9) ile silinmelidir. Tuvalet dezenfeksiyonunda 1/10 oranında sulandırılmış çamaşır suyu (Sodyum hipoklorit Cas No: 7681-52-9) kullanılmalıdır. Bu işlemler sonrasında odaya yeni kişi alınabilir.
- » COVID-19 tanısı konulan kişinin kaldığı odanın temizliği esnasında, temizliğini yapacak kişi kişisel koruyucu ekipman (tıbbi maske, forma ya da tek kullanımlık önlük, gözlük/yüz koruyucu ve eldiven) kullanmalı, kişisel koruyucu ekipman giyilirken ve çıkarılırken kurallara uygun bir şekilde sırayla giymeye (forma ya da tek kullanımlık önlük, maske, gözlük/yüz koruyucu ve eldiven) ve çıkarmaya (eldiven, gözlük/yüz koruyucu, forma ya da tek kullanımlık önlük, maske) dikkat edilmeli, işlem öncesi ve sonrasında el hijyeni sağlanmalı, atıkların tıbbi atık kapsamında uzaklaştırılması sağlanmalıdır.

UZMAN GÖRÜŞÜ OKUL PANSİYONLARINDA ALINMASI GEREKEN GENEL ÖNLEMLER

- » Pansiyonda COVID-19 ile ilgili alınan tedbirlere ilişkin takip ve koordinasyondan sorumlu müdür yardımcısı görevlendirilmelidir.
- » Pansiyon giriş ve çıkışlarında uygun yerlere COVID-19 kapsamında alınması gereken önlemlerle ilgili afişler (el yıkama, maske kullanımı ve pansiyonlarda uyulması gereken kurallar) asılmalıdır
- » Pansiyonlu okullarda barınan yöneticiye, belleticiye, nöbetçi belleticiye, yardımcı personele ve öğrenciye yönelik bulaşıcı hastalıklar, enfeksiyondan korunma ve COVID-19 konusunda eğitim verilmelidir.
- » Okul yönetimi tarafından belirlenen aralıklarla gün içinde pansiyonda çalışanların ve öğrencilerin ateş kontrolleri ve semptom kontrolleri yapılmalıdır. Ateş ölçen personel tıbbi maskeye ek olarak yüz koruyucu kullanılmalıdır. Ateşi 38 oC'dan yüksek olanlarla öksürük, burun akıntısı, solunum sıkıntısı gibi belirtileri olan / gelişen, COVID-19 tanısı alan veya temaslı olanlar tıbbi maske takılarak COVID-19 yönünden değerlendirilmek üzere sağlık kurumuna yönlendirilmelidir.
- » Pansiyonlara mümkünse ziyaretçi kabul edilmemelidir. Ziyaretçinin gelmesi durumunda el hijyeni, sosyal mesafe ve maske kullanımı kurallarına uyulmalıdır.
- » Pansiyonlarda bulunan tüm öğrenci ve çalışanlar maske takmalıdır.
- » Sık sık eller su ve sabunla yıkanmalı veya el antiseptiği kullanılmalıdır.
- » Ellerle yüz, göz, ağız ve buruna dokunulmamalıdır.
- » Öğrencilerin pansiyon içi ortak kullanım alanlarında mümkün olduğu kadar kısa süre kalmaları sağlanmalıdır.
- » Pansiyonlarda, yatakhanelerde ve ortak yaşam alanlarında öğrencilerin birbirleriyle ve çalışanlarla aralarındaki sosyal mesafe en az 1 metre olmalıdır.
- » Kullanılmış maskeler, diğer evsel atıklar ile birlikte kapaklı, pedallı çöp kutularına atılmalıdır.
- » Yürütülen çalışmalar düzenli olarak kayıt altına alınmalı, periyodik izleme formları ve kontrol listeleri hazırlanmalıdır (COVID-19 kapsamında günlük yapılacak işlemlerin yapılıp-yapılmadığına dair her gün müdür yardımcısı tarafından gerekli incelemelerin yapılması ve oluşturulacak forma işlenmesi sağlanmalıdır).
- » Ortak kullanım alanlarında ve pansiyon girişinde alkol bazlı el antiseptiği bulundurulmalıdır.
- » Pansiyonlarda grup toplantıları veya etkinlikleri mümkünse yapılmamalıdır.
- » Eller en az 20 saniye boyunca su ve sabunla yıkanmalıdır.
- » Özellikle eller ile sık dokunulan yüzeyler; kapı kolları, bataryalar, tirabzanlar, sık dokunulan düğmeler, telefon ahizesi, televizyon ve klima kumandası, ortak kullanım alanlarındaki tuvalet ve lavabo temizliğine azami özen gösterilmelidir. Elle temas edilen alanların daha sık aralıklarla dezenfeksiyonu sağlanmalıdır.
- » Giriş-çıkış kapılarına, yemekhane, etüt odalarına, oda girişlerine ve koridorlara el antiseptiği konulmalıdır.
- » Kurye, kargo görevlisi vb. kişiler pansiyon içerisine alınmamalı, teslimatlar dış kapıda yapılmalıdır.

YEMEK HİZMETLERİNDE ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

- » Yemek salonları, giriş alanı ve holü, ilave salonlar gibi genel alan kullanımları ve açık alanlar dâhil yemekhane sosyal mesafe planına uygun olarak düzenlenmelidir.
- » Pansiyonun içinde veya dışarısında sıra oluşabilecek her yerde en az 1 metre ara ile sosyal mesafe işaretlemeleri yapılmalıdır.
- » Kahvaltı büfeleri ve açık büfeler yerine servis çalışanlar tarafından yapılması sağlanmalı ya da yemek ihtiyacı için yemekhane alanlarında paketlenmiş yiyecek servis edilmelidir.
- » Yemek servisinde kullanılan tüm araç gereçler her kullanım sonrasında su ve deterjanla yıkanmalı ve bir sonraki kullanıma kadar temiz bir yerde muhafaza edilmelidir.
- » Yemek öncesinde ve sonrasında ellerin bol su ve sabun ile en az 20 saniye boyunca yıkanması ve tek kullanımlık havlu ile ellerin kurulması gibi kişisel hijyen kurallarının uygulanmasına imkan veren düzenlemeler yapılmalıdır.
- » Ortak kullanımda bulunan zeytinyağı, limon sosu, nar ekşisi vb. ürünler kaldırılmalı, tuz, baharat, kürdan tek kullanımlık şekilde verilmelidir.
- » Ekmeçler paketli rol ekmeç şeklinde verilmelidir.
- » Yemekhane görevlileri kişisel hijyen kurallarına uygun davranmalı ve maske takmalıdır.
- » Masada yeme ve içme dışında maske takılmalıdır.
- » Yemek servisi verilen masalar arası mesafe her yönden 1,5 metre, yan yana sandalyeler arası 60 cm olacak şekilde düzenlenmelidir.
- » Masalarda çapraz oturma düzeni uygulanmalı veya karşılıklı oturma mesafesinin artırılması amacıyla iki masa birleştirilerek kullanılmalıdır.
- » Çay/kahve makinesi, su sebilleri, içecek makinesi gibi araçlar kaldırılmalı veya servis elemanı aracılığıyla servis yapılmalıdır.
- » Mutfak ve pişirme alanlarına görevli olmayan personel girmemelidir.

BARINMA VE ETÜT HİZMETLERİNDE ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

- » Etüt odalarında sosyal mesafe uygulanarak çalışma masaları yerleştirilmelidir. Etüt odalarındaki çalışma masaları sosyal mesafeye uygun şekilde yerleştirilmelidir.
- » Etüt odasındaki çalışma masalarına mümkünse pleksiğlas malzeme ile şeffaf ayraçlar konularak korunma sağlanmalıdır. Mümkün değilse oturma düzeni yüz yüze olmamalı, çapraz oturma tercih edilmelidir.
- » Okuma ve çalışma salonlarında öğrencilerin su dışında içecek ve yiyecek tüketmesine izin verilmemelidir.
- » Okuma ve çalışma salonlarında öğrenciler, birbirleriyle yapacakları kitap alışverişi, kaynak bulma, kitap arama gibi işlemler sırasında sosyal mesafeyi korumaları konusunda uyarılmalıdır.
- » Okuma ve çalışma alanları en az günde bir defa temizlenmeli ve sık sıhahlandırılmalıdır.
- » Yatakhanelerde sosyal mesafenin korunmasını sağlayacak şekilde eşyaların düzenlenmesi yapılmalıdır.
- » Pansiyonlarda yataklar arasında en az 1 metre mesafe bırakılmalıdır.
- » Mümkün olduğu sürece öğrencilerin oda değişikliğine izin verilmemelidir.
- » Öğrenci odaları her gün, öğrenciler okula gittikten sonra temizlik görevlileri tarafından en az 2 (iki) saat boyunca havalandırılmalıdır.
- » Oda temizliğini yapacak kişi ellerini yıkadıktan sonra eldiven giymeli ve temizliği eldivenle yapmalıdır. Her oda temizliğinden sonra eldiven çıkarılmalı eller uygun şekilde yıkanmalı ve bir sonraki oda temizliğinden önce yeni eldiven giyilmelidir
- » Yatakhanelerde bulunan tekstil (nevresim, çarşaf, havlu vb.) ürünleri katlanarak boğçalanmalı, bu işlem sırasında toz ve partikül oluşumuna izin vermeyecek (çırpma ve silkeleme yapılmamalıdır) şekilde toplanmalıdır.
- » Çarşaf ve havlu gibi tekstil ürünleri ise en az 60 oC'da deterjan ile çamaşır makinesinde yıkanmalıdır.
- » Islak zeminler sık sık temizlenmelidir.
- » Zemine kilim, halı, örtü gibi toz tutucu malzemeler serilmemelidir.
- » Yatakhaneler ve etüt salonları pencereler açılarak sık sık havalandırılmalıdır.
- » Pansiyonda kalan her öğrenci kişisel eşyalarını sadece kendisi kullanmalıdır.