

بسمه تعالی

دستورالعمل رعایت نکات بهداشتی و ایمنی جهت مقابله با ویروس کرونا در پست های فوق توزیع و انتقال برق

۱- نکات بهداشتی که توسط مراجع معتبر مرتباً ذکر می شود رعایت نماید تا خود و همکاران را با این بیماری درگیر ننمائید. تعدادی از نکات در ذیل ذکر می شود

- به طور مداوم و در هر زمان ممکن اقدام به شست و شوی کامل دست ها با آب و صابون نمائید.
- از دست دادن و روبوسی کردن با تمامی افراد خودداری کنید.
- دهان و بینی خود را هنگام سرفه و عطسه (ترجیحاً) با دستمال و یا قسمت بالای آستین بپوشانید.
- فاصله حداقلی یک و نیم متری از دیگران را رعایت کنید.
- از تماس دست آلوده به چشم، بینی و دهان خود بپرهیزید.
- از رها کردن دستمال کاغذی و دست کش و ماسک های مصرف شده در محیط خودداری کنید.
- از خوردن مواد غذایی نیم پز خودداری کنید.
- از تماس با حیوانات اهلی / وحشی خودداری کنند.

۲- در ابتدای ورود به پست قبل از هر کار دیگر ، دستان خود را با آب و صابون بشوئید و این کار را در طول شیفت چند نوبت تکرار نمائید.

۳- پس از تحویل شیفت با محلول ضد عفونی (الکل یا ترکیب آب با واکتس با نسبت ۱ به ۵۰) تمام محل هایی که در تماس دست بوده یا خواهند بود را ضد عفونی نمائید و اقدام به خشک نمودن محلول ضد عفونی ننمایید و صبر نمایید تا محلول ضد عفونی به خودی خود خشک شود. مواردی از قبیل: دست گیره های درب های ورودی و تابلوها ، گوشی تلفن و بیسیم ، موس و کیبرد ، شیر آلات آب ، دسته های صندلی ، سطح روی میز ، لوازم اداری ، کلید تابلو و

۴- در صورت پیدا کردن علائم شایع ویروس کرونا در خود(مانند: تب، سرفه، کوتاهی تنفس، علائم گوارش، اسهال) یا تماس با فرد مبتلای قطعی به ویروس کرونا با هماهنگی مسئول ناحیه در صورت امکان اقدام به اخذ مرخصی و استراحت در منزل نمائید و دیگر همکاران پست خود را نیز مطلع نمائید.

۵- تماس خود را با تمامی سطوح و افراد شاغل در پست به حداقل برسانید و فاصله ایمن را با افراد دیگر در پست حفظ نمائید

- ۶- در زمان مراجعه افراد دارای مجوز به پست ابتدا از سرپرست مراجعین بخواهید که نکات ذیل را رعایت نمایند:
- رعایت نکات بهداشتی از قبیل شستشوی دستها قبل از ورود به ساختمان کنترل و تکرار مکرر آن ، حفظ فاصله ایمن ۱/۵ متر با دیگران از جمله خود اپراتور و در صورت لزوم استفاده از ماسک و دستکش
 - فقط افراد مرتبط با کار ، با رعایت نکات بهداشتی وارد ساختمان شوند و در صورت عدم نیاز مرتبط با کار به هیچ عنوان وارد ساختمان نشوند به جز در قسمت سرویس بهداشتی.
 - عدم ورود به قسمت های غیر مرتبط با کار : از جمله آشپزخانه و اتاق استراحت و ...
 - جمع آوری ماسک ها و دست کش ها و لوازم بهداشتی استفاده شده خود و گذاشتن در داخل پلاستیک در ب بسته و نهایتاً انداختن آن به سطل زباله
 - به حداقل رساندن تماس خود با سطوح مختلف در پست که تماس با آن ضرورتی ندارد
 - با برنامه ریزی ، قبل از شروع به کار و ورود به ساختمان زمان کار و مراجعه به نقاط مختلف پست را به حداقل برسانند.
 - اقامت گروه ها در اتاق های استراحت و مهمانسراهای داخل پست که از قبل با آن موافقت شده لغو و در صورت نیاز باید مجدداً اخذ مجوز شود.

۷- در صورت مشاهده هرگونه اعلائم بیماری کرونا یا عدم رعایت نکات بهداشتی در مراجعین به پست از جمله همکاران اپراتور و نگهبان و خدمات به مقام مسئول خود اطلاع دهید تا در صورت لزوم از ادامه کار فرد جلوگیری شود.

۸- در زمان حضور کارگر خدمات تی کشیدن کف ساختمان با محلول ۱ به ۱۰۰ واکتس انجام شود.