

KONTINGENTZIA PLANA COVID-19

Kontingentzia Plana honen xedea da **institutuko jarduera guztiak garatzeko, pertsonen segurtasun eta osasun-baldintzak bermatzea**, hau da, gure ikasleek kalitatezko hezkuntza segurtasun eta osasun-baldintzetan izateko duten eskubidea bermatzea, bai ikastetxeko langileentzat, bai ikasleentzat.

Plan honetan adierazitako neurrien helburua da birusaren eraginpean egonak izan litezkeen ikasleek eta langileek COVID-19 hedatzeko aukera prebenitzea eta saihestea. Plan honen iraupena 2019-2020 ikasturtearen amaiera arte ezartzen da.

1. IKASTETXERA SARTU AURRETIK

Edonor (eta ikasleak bereziki) institutura etorri baino lehen **temperatura kontrola** egin behar izango du bere etxean. Sukarra izanez gero ($37,5^{\circ}$) **ezin izango da ikastetxean etorri** eta lurraldeko mediku-zerbitzuekin harremanetan jarri behar izango du. Pertsona horrek **beste sintomaren bat badauka (eztarriko mina, eztula edota aire-gabeziaren sentazioa) ez du etorri behar** institutura eta deitu behar izango du bere osasun-zentrorra edo larrialdietara (sintomatologiaren larritasunaren arabera).

Ikastetxera sartu eta **eskularruak** daramatzaten pertsonak **kendu egin** beharko dituzte zentrorra sartu aurretik. Modu egokian kenduko dira (I. eranskina), eta eraikineko sarrera eremuan horretarako ezarritako edukiontzietan utziko ditugu. Ez da gomendagarria soluzio edo gelak eskularruen gainean botatzea, azaleko produktu desinfektatzaileak baitira.

Zentroko eremu guztietan (sarreran, korridoreetan, geletan, bulegoetan, irakasle gelan, etab.) **gel** edo **soluzio hidra-alkoholiko**en **banatzeko gailuak** jarriko ditugu, bertara sartuko diren pertsonak eskuak garbitu ditzaten (II. eranskina) zentroko instalazioak ukitu aurretik.

Kontuan hartu behar da zentroko elementu guztiak lanaldia amaitzean garbitzen direla; beraz, **zentrorra eskuak garbitu gabe sartzeak eremu garbiak kutsatzeko arriskua areagotzen du.**

Komeni da noizean behin **eskuak urez eta xaboiz garbitzea** (III. eranskina). Kontuan izan behar dugu **eskuak gelekin edo soluzioekin lau pabost aldiz garbitu ondoren eskuak behar bezala garbitu behar direla urarekin eta xaboiarekin.**

2. IKASTETXERA SARTZEKO KONTROLA

Ikastetxeko sarbideetan **pertsonen pilaketa saihestuko dugu**, eta arreta berezia jarriko dugu sarrerak eta irteerak egiterakoan. Horretarako, honako neurri hauek hartuko ditugu:

- Erabiltzaileei alde aurreko hitzordua emango zaie ahal denean.
- Zentrorra sartzean eta handik irtetean **segurtasun-distantzia** mantendu behar dela jakinaraziko zaie langileei, ikasleei eta bisitariari.
- Sartzeko ateak eta ibilbideak ezberdinak ezarriko ditugu ikasleentzat, batetik, eta langileentzat eta bisitariarentzat, bestetik.
- **Ordu-tarte bereziak** ezarriko ditugu langileak, ikasleak eta bisitariak sartzeko.

- Eraikinera sartzeko **ilara gorde** behar bada. **Lerroak markatuko ditugu** lurrean ilaran ziurtasun distantziak ezartzeko.
- Jende gehien dagoen orduetan eta jendearen presentzia dagoen orduetan **arduraduna bat ezarriko dugu** sarrera eta irteera kontrolatzeko.
- Institutuan sartzen den edonori **maskararen erabilera derrigorrezkoa** dela adieraziko zaio (III. eranskina). Hala ere, pertsonaren bat **maskarik gabe baldin badator**, bat emango diogu. **Maskara jarrita** eraman beharko dute pertsona guztiek institutuaren eremu osoan dauden bitartean.

3. IKASTETXEKO EREMUEN ERABILERA

Ikastetxeko eremuak erabiltzean, honako argibide hauek hartuko ditugu kontuan:

- Ziurtasun distantzia mantenduko dugu beti: **2 metroko pertsonen arteko distantzia**.
- Idazkaritzan, bulego tramiteak egiterakoan ziurtasun distantzia mantendu ezin denez, bereizte-holtzak erabiliko ditugu.
- Institutuko eguneroko jardura behar bezala garatzeko une bakoitzean erabili behar ez diren espazioak itxita egongo dira.
- Institutuko eremu guztien **aforoa errespetatu behar dugu**. Aforoa seinale batekin adierazita egongo da. Ezin izango gara egon leku zehatz batean eta aldi berean aforoak adierazten duen pertsona kopurua baino jende gehiago.
- Ikastetxean dauden bitartean ikasleek **ikastetxeko arduradunen edota irakasleen argibideak** jarraitu beharko dute momentu eta eremu guztietan.

3.1. Sarbideak eta igarobideak erabilera

- Ikasleak sartuko eta aterako dira institutura ate batetik (atarirako sarrera). Bisitariak sartuko eta aterako dira institutura beste ate ezberdin batetik (atarirako sarrera). Irakasleak eta langileak sartuko dira institutura ate batetik (atarirako sarrera) eta irtengo dira beste ate batetik (aparkalekurako sarrera).
- **Korridoreetan eta eskaileretan oinezkoentzako ibilbideak ezarriko ditugu**, seinale horizontalak eta bertikalak erabiliz.
- **Segurtasun-tartea** mantenduko dugu korridoreetan, eskaileretan, atarteetan eta abarretan. Horretarako pertsona guztien ardurak behar dugu, eta **behar-beharrezkoak diren joan-etorriak baino ez dugu egin behar, pertsonen artean hitz egin gabe eta talderik osatu gabe**; nahikoa izango da hurbilketarik egin gabe urrutiko agurra egitea.
- **Alferrikako joan-etorriak saihestu behar dira**, eta kontsultak edo zalantzak, ahal bada, bide telematikoaz edo telefonoz ebatziko ditugu, joan-etorriak ahalik eta txikienak izan daitezzen.
- Ezin izango da zentrorako sarbideetan eta korridoreetan eserita egon. Bankuak segurtasun-zintaz zigilatuko dira.

3.2. Igogailu eta eskaileren erabilera

- Igogailua salbuespen gisa erabiliko da eta pertsona bakarra joan ahal izango da barruan. Erabiltzaileak, igogailuan sartu ondoren, geroago botako duen paperezko zapiarekin edo non-touch izeneko gailuarekin botoiak sakatuko ditu.
- Eskailera igotzean edo jaistean, aurretik igotzen edo jaisten ari den pertsonarekin lau maila inguru uztea gomendatzen da.
- Eskaileretako eskudelak ezin izango ditugu erabili eta ez ukitzeko babes zinta jarriko ditugu.
- Eskailera jaisten duen pertsona batekin gurutzatzean nahikoa da **agurtzeko keinu** bat egitea. Eskaileretan **ez gara geldituko hitz egiteko** edo galdetzeko, eskaileretan segurtasun-distantzia mantentzea konplexuagoa izan baitaiteke.

3.3. Komun erabilera

- Bainugelak eta komunak banan-banan erabiliko dira, konketaren eremu komunak partekatzea saihestuz, eta itxaronaldian pertsonen arteko distantziari eutsiz.
- Solairu bakoitzean **komuna bakarra** irekita egongo da eta itxaron behar izatekotan ziurtasun distantzia mantenduko dugu (2 m). Libre/okupatuta dagoen adierazteko kolore kodea erabiliko da.
- Estalkia duten konketetan **katetik botako da estalkia itxita** duela.
- Komunetik irten baino lehen, erabili duenak **eskuak garbituko ditu**, txorrota papera erabiliz ireki eta itxiko du, eta, gainaldea busti bada, lehortu egingo du.

3.4. Gelen erabilera

- Gelen ratioa 15 ikaslera murriztuko da irakaskuntza presentzian, eskola-postuen artean gutxienez 1,5 metroko tartea sortzeko, betiere maskara erabiliz. Ondorioz, ikasle-kopurua murriztu egingo da, eskola-postuen arteko 1,5 metroko distantzia errespetatzeko behar den neurrian. Era berean, postuok finkoak izan beharko dute gela bakoitzean. Ikasle bakoitzak beti mahai bera erabiliko du gelan dagoen bitartean.
- Sarbide baimendua duten gela bakoitzeko gehieneko edukiera, erabiltzen duten pertsonen artean 2 metroko segurtasun-distantzia mantentzea ahalbidetuko duena izango da.
- Gimnasioa, polikiroldegia, aldagelak eta dutxak ezin izango ditugu erabili.
- Gelen aireztapen naturala areagotuko da, barruan airea berritzen laguntzeko.
- Lan-material, mahai, ordenagailu, eta abar bereziak erabiliko dira. Boligrafoak eta gainerako eskola elementuak partekatzea ere saihestuko da. Partekatu behar izanez gero, garbiketa sakona ziurtatuko da erabilera bakoitzaren aurretik.
- Gela bakoitzak eskuak desinfektatzeko gel hidroalkoholikoa eta paperezko botatzeko zapiak izango ditu, bai eta erabili eta botatzeko materiala (paperezko zapiak) baztertzeako ontzi edo paperontzi espezifikoa ere.

3.5. Langileen aldagelen erabilera

- Aldageletan **distantzia errespetatu** beharko dute; beraz, horiek erabiltzeko **txandak eta okupazio-seinaleak** ezarriko ditugu.
- Aldagelara sartzean eta handik irtetean **eskuak garbitzea** komeni da, eta **ordena eta garbitasuna mantentzea**.

3.6. Kafe-makina eta jateko-guneak erabiltzea

- Jantokia ezin izango ditugu erabili eta zigilatua mantenduko da.
- Jateko guneak eta gailuak erabili izango dira, beti ere erabiltzaileen arteko ziurtasun distantzia mantenduz. Erabiltzaileak **botako dituen paperezko zapiekin edo non-touch izeneko gailuarekin botoiak sakatuko ditu**.
- Kafe-makina erabilgarri egongo da, beti ere erabiltzaileen arteko ziurtasun distantzia mantenduz. Erabiltzaileak **botako dituen paperezko zapiekin edo non-touch izeneko gailuarekin botoiak sakatuko ditu**.

4. HIGIENE NEURRIAK

Neurri guzti hauek gainerako higiene-neurriekin batera hartu behar ditugu, eta jarraian gogorarazten ditugu:

- **Maskararen erabilera derrigorrezkoa** da institutuaren eraikinaren barruan.
- **Eskuetako higiena** da koronabirusaren aurkako infekzioa prebenitzeko eta kontrolatzeko neurri nagusia. Beraz, **garbitu eskuak maiz**.
Eskuen higiena errazteko, ez erabili eraztunik, eskumuturrekorik edo bestelako apaingarririk. Eskumuturreko erlojua erabiltzen baduzu, kendu eskuak garbitzeko unean, behar bezala garbitu ahal izateko.
Garbitu 20 segundoz gutxienez, eta, bereziki, bazkaldu aurretik eta ez tul edo doministiku egitean nahi gabe eskua jartzen duzunean.
Ez ukitu txorrota eskuak garbitu ondoren ixteko, itxi lehortzeko erabili duzun paperarekin, eta, gainera, saiatu paper horrekin berarekin garbitzen konketen gainetan utzitako ur-ziprztinak edota xaboia.
- **Eztul edo doministiku egiten baduzu (IV. eranskina):**
Estali ahoa eta sudurra paperezko musuzapi batekin, eta gero bota zakarrontzira. Ez baduzu paperezko zapiarik, eztul edo doministikurik besoaren gainean, ukondoaren barneko angeluan, eskuak ez kutsatzeko.
Eztul edo doministiku egiten baduzu eta eskuak estaltzeko erabiltzen badituzu, ez ukitu aurpegia, sudurra edo begiak eta garbitu eskuak berehala.
- **Ez agurtu eskua edo bi musu emanez**, agurtzeko hitzekin edo beste keinu batzuekin nahikoa da.
- **Lagundu zure lantokia garbitzen, libre utzi behar dira lan-mahaietako gainazalak** eta lan- eremuan egon daitezkeen beste azalera komun batzuk, garbiketako langileek errazago garbitu ahal izateko. Horretarako sartu zure lanerako materialak (folioak, boligrafoak, grapagailua, liburuak, etab.) kartoizko kutxa bakar baten barruan.

- **Paperaren erabilera:** esku desberdinetatik pasatu ahal izan den papera manipulatu duenak jakin behar du eskuak sakon garbitu behar dituela papera maneiatu ondoren (noizbehinka erabil daitezke gel hidroalkoholikoak, baina kontuan izan behar da gelarekin lau zapabost aldiz garbitu ondoren garbiketa bat egin behar dela urarekin eta xaboiarekin), eta papera erabiltzen den bitartean prebentzio-neurri nagusia aurpegia ez ukitzea dela, hau da, begiekin, ahoarekin eta sudurrekin une oro ez ukitzea eskuetako higiena egon arte. Lan-prozedurak ahalbidetzen badu, papera denbora horretan "lo egiten" utz daiteke, arreta-neurri gisa.
- **Ikasleentzako fotokopien zerbitzua kendu da.** Ikasleei ez zaie fotokopiarik egingo, nahiz eta irakasleek eskatuta eskatu.
- **Lan egiteko tresnak eta materialak partekatzea saihestu beharko da,** batzuk pertsona anitzek erabiltzekoak badira, erabilera bakoitzaren ondoren garbitu beharko dira: telefonoa, fotokopiagailua, etab.
- Honako hauei buruzko informazio-kartelak ipiniko ditugu ikastetxean:
 - Eskuen higiena egokia eta arnas higiena (eztut eta doministiku egiteko modua).
 - Gutxienez 2 metroko segurtasun-distantzia.
 - Transmisioa murriztu, kontaktuak saihestu.
 - NBEak jartzea.

5. INSTALAZIOAK ETA EKIPOAK GARBITZEA

- Erabilitako espazioak, ukitzen diren gainazalak eta abar garbitzeko eta desinfektatzeko, lantokietan garbiketa egiteko ezarritako jarraibideak jarraituz egingo dute institutuko garbitzaileak.
- Garbiketa zehatza erabilitako espazioetan bakarrik egingo da. Horretarako egunero erabili diren espazioak adierazteko ziurtasun zinta zurigorria erabiliko da.
- Instalazioetan aldian-aldian **aireztatze-lanak** egin behar dira, gutxienez egunero, eta, ahal dela, egunean hainbat aldiz.

6. JARDUERAK BURUTZEA

- Irakaskuntza-jarduera presentziala Batxilergo eta Heziketa Zikloetako bigarren mailako ikasleentzat eskainiko da. Ohiko eta ezohiko azterketak ere era presentzian egiteko aukera izango dute ikasle hauek. Batxilergo bigarren mailako ikasleek ere USEa prestatzeko eskola presentziala izateko aukera edukiko dute (V. eranskina).
- Gainontzeko ikasleak, aipatutako mailetakotako etorriko ez direnak gehi gainontzeko mailetakotako, irakaskuntza-jarduera ez presentzialarekin jarraituko dute ikasturtea amaitu arte.
- Institutura etorriko diren ikasleak era boluntarioan etorriko dira eta alde zuzenetik etortzeko konpromisoa adieraziko dute, familiarekin batera.

- 4 orduko ordutegi trinkoa ezarriko dugu aurrez aurreko irakaskuntza-jarduera antolatzeko (IV. eta V. eranskinak). Ordutegiaren barruan ez dauden irakasgaien irakaskuntza-jarduera era ez presentzian mantenduko dugu.
- Ezarritako ordutegian ez da atsedenaldiko denbora egongo.
- Ebaluazio-probak garatzeko azterketarien artean segurtasun-distantzia (1,5 m) uneoro mantentzeko behar diren prozedurak ezarriko ditugu, honako alderdi hauei arreta berezia eskainiz:
 - Ikasleak azterketa-geletara modu ordenatuan sartuko dira, pilaketak saihestuz, eta sartzeko ilaran gutxienez 2 metroko distantziari eutsiz; horretarako, aurrez aurreko probetara sartzeko ordutegiak ezarriko dira, ebaluazio-talde desberdinak gainjarri ez daitezela.
 - Azterketa-postuak finkak izango dira, eta behar den lekua ziurtatuko dugu, bai sarreran eta irteeran, bai probak egin bitartean.
 - Azterketak nola entregatu eta jaso antolatuko dugu, irakasleen eta ikasleen arteko harreman zuzena saihestuz. Irakasleak azterketa utziko du eta amaitzean jasoko du azterketarien postu bakoitzean, horiek bertan ez daudela.

7. KORONABIRUS KASU BATEN AURREAN

Koronabirus kasu baten aurrean, COVID-19ren jatorria izan dezaketen sintomak ditugunean (sukarra, eztarriko mina, eztula eta aire-gabeziaren sentazioa), kontuan hartu behar izango ditugu honako jarraibide hauek:

- **Sintomak institututik kanpo** hasten badira, **ez joan ikastetxera** eta deitu zure osasun-zentrora edo larrialdietara (sintomatologiaren larritasunaren arabera). Hala badagokio, Euskal Osasun Zerbitzuak ezarriko ditu jarduteko jarraibideak.
- Zure lurraldeko mediku-zerbitzuari jakinarazi zure sintomak, zure egoeraren berri izan dezan eta dagozkion kudeaketak egin ditzan.
- **Sintomak institutuan** hasten badira pertsona hori berehala etxera joan behar izango du, **lurraldeko mediku zerbitzuarekin jarriko da harremanetan**, soilik telefonoz, datu pertsonalak eta sintomatologia jakinarazteko. Dei horretan, zerbitzu medikoak beharrezko argibideak emango dizkio. Beharrezkoa bada, zerbitzu medikoak lanaldi horretan lantokitik kanpo egotea justifikatuko du.
- Amaitzeko, langileak kutsatutako pertsona batekin kontaktuan egonda, etxean isolatu bada, lurraldeko mediku-zerbitzuari jakinaraziko dio.

OOGko Laneko Arriskuen Prebentziorako Batzordeak onartu zuen, 2020ko maiatzaren 28an egindako bileran.

Abanto-Zierbena, 2020ko maiatzaren 28a

I. ERANSKINA: ESKULARRUAK KENTZEKO MODU EGOKIA

Garrantzitsua da eskularruak modu egokian kentzea, elementuak langilea ez kutsatzeko, jarraian horiek kentzeko teknika azaltzen da:



Imurtxi egin lehenengo eskularruaren kanpotik



Kendu eskularruaren barruko aldea ukitu gabe



Kendu eskularrua guztiz



Jaso lehenengo eskularrua beste eskuarekin



Kendu bigarren eskularrua atzamarrak barrutik sartuz



Kendu eskularrua kanpoko aldea ukitu gabe



Bota bi eskularruak dagokien edukiontzian

II. ERANSKINA: ESKUAK GARBITU

Mójese las manos y deposite en las palmas jabón líquido...



Eskuak busti eta esku-barrenetan xaboi likidoa jarri ...

Frótese las palmas de las manos entre sí y entrelazando los dedos



Esku-barrenak bata bestearekin igurtzi, atzamarrak gurutzatuz.

Frótese cada palma contra el dorso de la otra mano, entrelazando los dedos.



Esku-barren bakoitza beste esku-gainarekin igurtzi, atzamarrak gurutzatuz.

Frótese las puntas de los dedos...



Atzamar-muturrak igurtzi...

Alrededor de los pulgares...



Hatz lodien inguruak ere bai...

Y las muñecas...



Baita eskumuturrak ere...

Enjuáguese las manos con agua y séquelas con una toalla de un solo uso



Xaboa urarekin kendu eta eskuak erabilera bakarreko eskuoihalarekin lehortu.

III. ERANSKINA: MASKAREN ERABILERA

NOLA JARRI, ERABILI, KENDU ETA BOTA ERABILERA BAKARREKO MASKARA BAT

Maskara jarri



1. Maskara ukitu aurretik, eskuak eta aurpegia garbitu.



2. Hartu maskara esku batekin eusteko zinta elastikoak libre utziz. Maskararen goiko ertza, klipa duen aldea, goruntz jami.



3. Maskara jarri sudurra eta ahoaren gainean. Koloretsuena den maskararen aldea kanpoalderuntz egon behar da.



4. Beste eskuarekin, zinta elastikoak belarrien atzean kokatu. Sudurrerako klipa sudurraren formara egokitu.



5. Ahoa ondo estaltzeko eta kokotsan ondo moldatzeko, maskararen beheko ertzetik tira egin.



6. Airea hartzen duzunean maskara barrura sartu behar da pixkatxo bat. Airea botatzen duzunean ez duzu sentitu behar aireak ihes egiten duenik. Ez ukitu eta ez kendu maskara erabili bitartean.

Maskara bota eta kendu



1. Bi eskuak erabiliz eta maskara ukitu gabe, belarrien atzeko zinta elastikoak kendu. Maskarak ez du ezer ukitu behar, ez aurpegia, ez arropa.



2. Kendu eta berehala, bota maskara horretarako jarritako edukiontzi batean.



3. Maskara bota ondoren, eskuak garbitu ur eta xaboiarekin edo desinfektatzaile batekin

Zer ez duzu egin behar



Ez ukitu maskararen aurrekaldea



Ez eraman maskara zintzilik

Ez ukitu eta ez kendu maskara erabili bitartean

KORONABIRUSA

NOIZ ETA NOLA ERABILI MASKARA?



1 LEKU ITXIETAN, EZIN BADUZU MANTENDU 2m-ko DISTANTZIA.



2 GARBITU ESQUAK ERABILI AURRETIK ETA ONDOREN.



3 ONDO ESTALI AHOA ETA SUDURRA, AURPEGIAREN ETA MASKAREN ARTEKO TARTERIK GABE.



4 KENDU EZAZU BELARRIETAKO KORDELETATIK HASITA.



7 EZ UKITU AURREALDEA. EGITEN BADUZU, GARBITU ESQUAK.



5 ALDATU HEZE DAGOENEAN EDO HONDATZEN DENEAN.



6 BERRERABILGARRIA BADA, GORDE EZAZU POLTSA ITXI BATEN.

IV. ERANSKINA: ARNAS-HIGIENEA



1. Eztul eta doministiku egitean estali ahoa eta sudurra **PAPEREZKO MUSUZAPIEKIN**, eta **ZABOERRETARA** bota.

2. Ez baduzu paperezko zapirik, eztul eta doministiku egin **ALKANDORAREN MAHUKAREN GAINEAN**, eskuak ez kutsatzeko.

V. ERANSKINA: IKASLEEN ORDUTEGI PRESENTZIALA

DAUZKATEN IRAKASGAIAK ON-LINE-IZANGO DIRA. BESTEAK INSTITUTUAN

→ 2020.eko EKAINerako ORDUTEGIA. Ekainaren 1etik 16ra.					
Batxilergoko 2.MAILA					
ORDUA	ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
8.30	HISTORIA	KIMI/EKONOMIA	*PSIKOLOGIA	MGZ-2/MAT-2 *LATIN	BIOLOGIA *FIHI/FISI
9.25	HISTORIA	KIMI/EKONOMIA	EUSKERA	MGZ-2/MAT-2 *LATIN	BIOLOGIA *FIHI/FISI
10.20	KIMI/EKONOMIA	EUSKERA	BIOLOGIA *FIHI/FISI	HISTORIA	MGZ-2/MAT-2 *LATIN
ONLINEKO IRAKASKUNTZA					
11.45	*INGELERA	*INGELERA	*KIMI/EKONOMIA	*PSIKOLOGIA	*GAZTE
12:40	*GAZTE	*AFOS	*PSIKOLOGIA	*INFO-2	*INFO-2
13.35	*BIO/FIHI/FISI	*AFOS	*GAZTE	*INGELERA	*EUSKERA
14.30	*MGZ-2/MAT-2 *LATIN	*HISTORIA	*INFO-2		