

PLAN DE CONTINGENCIA COVID-19

El presente Plan de Contingencia tiene por objeto **garantizar, para el desarrollo de todas las actividades del Instituto, las condiciones de seguridad y salud de las personas, es decir, el derecho de nuestro alumnado a una educación de calidad en condiciones de seguridad y salud, tanto para el personal del centro como para el alumnado.**

Las medidas señaladas en este Plan tienen como objetivo prevenir y evitar la propagación de COVID-19 por el alumnado y el personal potencialmente expuesto al virus.

La duración del presente Plan se establece hasta la finalización del curso 2019-2020.

1. ANTES DE LA ENTRADA AL CENTRO

Antes de que cualquier persona (y especialmente el alumnado) venga al instituto, tendrá que hacer un **control de temperatura** en su casa. En caso de fiebre (37,5 °C) **no podrá acudir al centro** y deberá ponerse en contacto con los servicios médicos que le correspondan. **Si esa persona tiene otros síntomas (dolor de garganta, tos o sensación de ausencia de aire) no deberá acudir al instituto** y deberá llamar a su centro de salud o urgencias (según la gravedad de la sintomatología).

Las personas que accedan al centro y lleven guantes **deberán quitárselos** antes de acceder al centro. Se retirarán adecuadamente (Anexo I) y se depositarán en los contenedores establecidos al efecto en la zona de acceso al edificio. No es recomendable echar las soluciones o geles desinfectantes sobre los guantes ya que son productos desinfectantes de la piel.

En todas las zonas del centro (entrada, pasillos, aulas, oficinas, aula de profesores, etc.) **se instalarán dispositivos de distribución de gel** o soluciones hidro-alcohólicas para que las personas que accedan a cada zona puedan lavarse las manos (Anexo II) antes de tocar las instalaciones del centro.

Hay que tener en cuenta que todos los elementos del centro se limpian al finalizar la jornada, por lo que **acceder al centro sin lavarse las manos aumenta el riesgo de contaminación de las zonas limpias.**

Conviene **lavarse las manos con agua y jabón** de vez en cuando (Anexo III). Hay que tener en cuenta que **después de lavarse las manos con geles o soluciones cuatro o cinco veces hay que lavarse las manos correctamente con agua y jabón.**

2. CONTROL DE ACCESO AL CENTRO

Se evitará la aglomeración de personas en los accesos al centro y se prestará especial atención a las entradas y salidas. Para ello, tomaremos las siguientes medidas:

- Se dará cita previa a las personas usuarias cuando sea posible.
- Se informará al personal, alumnado y visitantes de la necesidad de mantener la **distancia de seguridad** al entrar y salir del centro.
- Estableceremos puertas y recorridos de acceso diferentes para los alumnos, por un lado, y para los trabajadores y visitantes, por otro.

- Se establecerán **franjas horarias diferenciadas** para la entrada de personal, alumnado y visitantes.
- El acceso al edificio se realizará **guardando la correspondiente fila**. Marcaremos **líneas en el suelo** para establecer la necesaria distancia de seguridad en la fila.
- En las horas de mayor afluencia y presencia **se establecerá un encargado** para controlar la entrada y salida.
- Se indicará a toda persona que acceda al instituto que **el uso de la mascarilla es obligatorio** (Anexo III). Sin embargo, si alguna persona viene sin mascarilla, se le facilitará una. Todas las personas deberán llevar **puesta la mascarilla** mientras permanezcan **en todo el recinto del instituto**.

3. USO DE LOS DIFERENTES ESPACIOS DEL CENTRO

En el uso de los espacios del centro se tendrán en cuenta las siguientes indicaciones:

- Mantendremos siempre una **distancia de seguridad de 2 metros entre personas**.
- En secretaría, dado que no se puede mantener la distancia de seguridad en los trámites de oficina, utilizaremos mamparas de separación.
- Los espacios que no deban utilizarse en cada momento para el correcto desarrollo de la actividad diaria del Instituto permanecerán cerrados.
- Se deberá **respetar en todo momento el aforo** de todas las áreas del Instituto. El aforo estará indicado con una señal. No podremos estar presentes en un lugar determinado y al mismo tiempo más personas que las que indica el aforo.
- Durante su estancia en el centro, **el alumnado deberá seguir las indicaciones de los responsables** del centro y/o del profesorado en todos los momentos y ámbitos.

3.1. Uso de accesos y pasillos

- Los alumnos entrarán y saldrán al instituto por una puerta (acceso al porche). Los visitantes entrarán y saldrán al instituto por otra puerta diferente (acceso al porche). El profesorado y el personal entrarán al instituto por una puerta (acceso al porche) y saldrán por otra puerta (acceso al parking).
- En los pasillos y escaleras **se establecerán itinerarios peatonales** con señalización horizontal y vertical.
- **Se mantendrá la distancia de seguridad** en pasillos, escaleras, vestíbulos, etc. Para ello necesitamos la responsabilidad de todas las personas y que se realicen **únicamente los desplazamientos necesarios, sin hablar entre las personas y sin formar grupo**; bastará con un saludo a distancia sin aproximación.
- **Se evitarán los desplazamientos innecesarios** y consultas o dudas se resolverán, preferentemente, por vía telemática o telefónica, para minimizar los desplazamientos.
- No se podrá permanecer sentado en los accesos al centro y en los pasillos. Se sellarán los bancos con cinta de seguridad.

3.2 Utilización del ascensor y las escaleras

- El ascensor se utilizará de forma excepcional y sólo podrá permanecer una persona en su interior. El usuario, tras entrar al ascensor, pulsará los botones con un pañuelo de papel que posteriormente tirará o con el dispositivo denominado non-touch.
- Al subir o bajar escaleras se recomienda dejar unos cuatro escalones con la persona que sube o baja por delante.
- No se podrán utilizar los pasamanos de las escaleras y se colocará cinta protectora para evitar su contacto.
- Al cruzar con una persona que baja la escalera, basta con hacer un gesto de saludo. No nos pararemos en la escalera para hablar o preguntar, ya que mantener la distancia de seguridad en las escaleras puede ser más complicado.

3.3 Utilización de los aseos

- Los baños y aseos se utilizarán individualmente, evitando compartir las zonas comunes del lavabo y manteniendo la distancia entre las personas durante la espera.
- En cada planta sólo habrá un aseo abierto y si hay que esperar mantendremos la distancia de seguridad (2 m). Se utilizará un código de color para indicar si está libre/ocupado.
- En los lavabos con tapa se tirará de la cadena con la tapa cerrada.
- Antes de salir del baño, quien lo utilice se lavará las manos, abrirá y cerrará el grifo con papel y, si la superficie se ha mojado, lo secará.

3.4 Uso de las aulas

- La ratio de aulas en la enseñanza presencial se reducirá a 15 alumnos y alumnas para generar una distancia mínima de 1,5 metros entre los puestos escolares, utilizando la mascarilla. En consecuencia, se reducirá el número de alumnos en la medida necesaria para respetar la distancia de 1,5 metros entre puestos escolares. Asimismo, estos puestos deberán ser fijos en cada aula. Cada alumno o alumna utilizará siempre la misma mesa durante su estancia en el aula.
- La capacidad máxima por estancia con acceso autorizado será la que permita mantener una distancia de seguridad de 2 metros entre las personas que la utilizan.
- No se permitirá el uso del gimnasio, polideportivo, vestuarios y duchas.
- Se incrementará la ventilación natural de las habitaciones para favorecer la renovación del aire en su interior.
- Se utilizarán materiales de trabajo, mesas, ordenadores, etc. de uso personal. También se evitará compartir bolígrafos y demás elementos escolares. En caso de tener que compartirlo, se asegurará una limpieza exhaustiva antes de cada uso.
- Cada habitación dispondrá de gel hidroalcohólico de desinfección de manos y pañuelos desechables de papel, así como de un recipiente o papelera específica para el material desechable (pañuelos de papel).

3.5 Utilización de los vestuarios del personal

- Deberán **respetar la distancia** en los vestuarios, por lo que se establecerán turnos de utilización y señales de ocupación.
- Es conveniente **lavarse las manos** al entrar y salir del vestuario y **mantener el orden y la limpieza**.

3.6 Utilización de máquinas de café y zonas de alimentación

- El comedor no se podrá utilizar y se mantendrá precintado.
- Se utilizarán zonas y dispositivos de alimentación manteniendo siempre la distancia de seguridad entre las personas usuarias. **Se pulsarán los botones con los pañuelos de papel o con el dispositivo llamado non-touch.**
- La cafetera estará disponible, manteniendo siempre la distancia de seguridad entre las personas usuarias. **Se pulsarán los botones con los pañuelos de papel o con el dispositivo llamado non-touch.**

4. MEDIDAS HIGIÉNICAS

Todas estas medidas deben acompañarse del resto de medidas higiénicas, que se recuerdan a continuación:

- El **uso de la mascarilla es obligatorio** dentro del edificio del instituto.
- La **higiene de manos** es la principal medida de prevención y control de la infección contra el coronavirus. Así que **lávate las manos a menudo**.
Para facilitar la higiene de las manos, no utilices anillos, pulseras u otros adornos. Si utilizas el reloj de pulsera, retíralo en el lavado de manos para poder lavarte correctamente.
Lávate las manos al menos durante 20 segundos, especialmente antes de comer y al toser o estornudar si pones la mano involuntariamente.
No toques el grifo para cerrarlo después de lavarte las manos, ciérralo con el papel que has utilizado para secarte y, además, trata de limpiar con ese mismo papel las salpicaduras de agua o jabón depositados sobre los lavabos.
- Si toses o estornudas (Anexo IV):
Tapate la boca y la nariz con un pañuelo de papel y luego tíralo a la basura. Si no tienes pañuelos de papel, tose o estornuda sobre el brazo, en el ángulo interno del codo, para evitar el contagio de las manos.
Si toses o estornudas y utilizas las manos para taparse, no te toques la cara, la nariz o los ojos y lávate las manos inmediatamente.
- **No saludes con dos besos o dando la mano**, con unas palabras de saludo u otro gesto similar es suficiente.
- **Colabora en la limpieza de tu lugar de trabajo, dejando libres las superficies de las mesas de trabajo** y otras superficies comunes que puedan existir en la zona de trabajo para facilitar su limpieza por parte del personal de limpieza. Para ello introduce tus materiales de trabajo (folios, bolígrafos, grapadora, libros, etc.) dentro de una sola caja de cartón.

- **Uso del papel:** quien manipula el papel que ha podido pasar por distintas manos debe saber que debe lavarse las manos a fondo después de manejar el papel (se pueden utilizar gel hidroalcohólicos esporádicamente, pero hay que tener en cuenta que después de lavarse cuatro o cinco veces con el gel hay que hacer un lavado con agua y jabón) y que mientras se utiliza el papel la principal medida de prevención es no tocarse la cara, es decir, no tocarse los ojos, la boca y la nariz. Si el procedimiento de trabajo lo permite, el papel puede dejarse "dormir" durante ese tiempo como medida de precaución.
- **Se suprime el servicio de fotocopias para el alumnado.** No se realizarán fotocopias al alumnado aun cuando las soliciten bajo petición del profesorado.
- **Se deberá evitar compartir herramientas y materiales de trabajo,** si alguno de ellos es de uso pluripersonal, se deberán limpiar después de cada uso: teléfono, fotocopidora, etc.
- Colocaremos en el centro carteles informativos sobre:
 - Higiene manual adecuada e higiene respiratoria (toser y estornudar).
 - Distancia de seguridad mínima de 2 metros.
 - Reducir la transmisión, evitar contactos.
 - Utilización de las EPI.

5. LIMPIEZA DE INSTALACIONES Y EQUIPOS

- El personal de limpieza del Instituto hará la limpieza y desinfección de los espacios utilizados, superficies afectadas, etc., siguiendo las instrucciones establecidas para la limpieza en los centros de trabajo.
- La limpieza exhaustiva se realizará únicamente en los espacios utilizados. Para indicar los espacios que se han utilizado diariamente se utilizará una cinta rojiblanca de seguridad.
- Las instalaciones deberán ser objeto de ventilación periódica, al menos una vez al día y preferentemente varias veces al día.

6. REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES

- La actividad docente presencial se impartirá para el alumnado de segundo curso de Bachillerato y Ciclos Formativos. También podrán realizar exámenes ordinarios y extraordinarios de forma presencial. El alumnado de segundo de Bachillerato también tendrá la posibilidad de tener clases presenciales para la preparación de la EBAU (Anexo V).
- El resto del alumnado de los niveles mencionados que no acudirá al centro, más el resto de cursos continuará con la actividad docente no presencial hasta la finalización del curso.
- El alumnado que acuda al Instituto acudirá de forma voluntaria y expresará de acuerdo con su familia su compromiso de asistencia anticipada.
- Se establecerá un horario intensivo de 4 horas para la organización de la actividad docente presencial (Anexos IV y V). Se mantendrá la actividad docente no presencial de las asignaturas no incluidas en el horario.

- En el horario establecido no habrá tiempo de recreo.
- Se establecerán para el desarrollo de las pruebas de evaluación los procedimientos necesarios para mantener en todo momento la distancia de seguridad (1,5 m) entre los examinandos con especial atención a los siguientes aspectos:
 - El alumnado accederá a las aulas de examen de forma ordenada, evitando aglomeraciones y manteniendo una distancia mínima de 2 metros en la fila de acceso, estableciendo horarios de acceso a las pruebas presenciales para evitar solapamientos de los diferentes equipos de evaluación.
 - Los puestos de examen serán fijos, asegurando el lugar necesario tanto a la entrada y salida como durante las pruebas.
 - Organizaremos la entrega y recepción de los exámenes, evitando la relación directa entre el profesorado y el alumnado. El profesor o la profesora dejará el examen y lo recogerá al acabar en cada puesto del examinando, de tal forma que el alumnado no esté presente.

7. ANTE UN CASO DE CORONABIRUS

Ante un caso de coronavirus, cuando tengamos síntomas compatibles con la COVID-19 (fiebre, dolor de garganta, tos y sensación de carencia de aire), debemos tener en cuenta las siguientes pautas:

- Si los síntomas empiezan fuera del instituto, no acudas al centro y llama a tu centro de salud o a urgencias (según la gravedad de la sintomatología). En su caso, el Servicio Vasco de Salud establecerá las pautas de actuación.
- Comunica tus síntomas al servicio médico de tu territorio, para que tenga conocimiento de su situación y realice las gestiones oportunas.
- Si los síntomas comienzan en el instituto, la persona con síntomas deberá abandonar el centro y dirigirse a su domicilio, se pondrá en contacto telefónico con el Servicio Médico Territorial, para comunicar los datos personales y su sintomatología. En esta llamada, el servicio médico le facilitará las instrucciones necesarias. En caso necesario, el servicio médico justificará la ausencia del centro de trabajo durante dicha jornada.
- Por último, en caso de aislamiento domiciliario al haberse producido contacto con una persona infectada, el trabajador o trabajadora lo comunicará al Servicio Médico Territorial.

Aprobado por la Comisión de Prevención de Riesgos Laborales del OMR en sesión celebrada el 28 de mayo de 2020.

Abanto-Zierbena, 28 de mayo de 2020

ANEXO I: FORMA CORRECTA DE QUITAR LOS GUANTES

Es importante retirarse los guantes de forma correcta para que no exista una posible contaminación de elemento hacia el trabajador, a continuación se indica la técnica de como quitarlos:



Pellizcar por el exterior del primer guante



Retirar sin tocar la parte interior del guante



Retirar el guante en su totalidad



Recoger el primer guante con la otra mano



Retirar el segundo guante introduciendo los dedos por el interior



Retirar el guante sin tocar la parte externa del mismo



Retirar los dos guantes en el contenedor adecuado

ANEXO II: LAVARSE LAS MANOS

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.

ANEXO III: USO DE LA MASCARILLA

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

CORONAVIRUS

¿SABES CÓMO Y CUÁNDO UTILIZAR LA MASCARILLA?



1 EN LUGARES CERRADOS DONDE NO PUEDES MANTENER 2m DE DISTANCIA.



2 LÁVATE LAS MANOS ANTES Y DESPUÉS DE SU USO.



3 CUBRE BIEN BOCA Y NARIZ, SIN ESPACIOS ENTRE LA CARA Y LA MÁSCARA.



4 QUITATELA DESDE LA SUJECIÓN DE LAS OREJAS.



5 CÁMBIALA CUANDO ESTÉ HÚMEDA O SE DETERIORE.



6 GUÁRDALA EN BOLSA CERRADA HASTA SU PRÓXIMO USO, SI ES REUTILIZABLE.



7 NO TOQUES LA PARTE DELANTERA. SI LO HACES, LÁVATE LAS MANOS.

ANEXO IV: HIGIENE RESPIRATORIA



1. Cubra su boca y nariz al toser y estornudar con **PAÑUELOS DE PAPEL** y tírelos a la **BASURA**.

2. Si no tiene pañuelos de papel, tosa y estornude **SOBRE LA MANGA DE SU CAMISA** para no contaminar las manos.

ANEXO V: HORARIO PRESENCIAL DEL ALUMNADO

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 ☐	☐	☐