


Prosedyre for smittevern ved kursgjennomføring

RESQ-MS-HSE-PRO-031




8	16.11.20	Jan Egil	Hanne	Njål Arne Vathne	Referanser til beredskapsplan
7	24.08.20	Vidar Gade	Hanne/Jan Egil	Njål Arne Vathne	Smitteverntiltak for ResQ Beredskapssentral
6	12.08.2020	Hanne/Jan Egil	Hanne/Jan Egil	Njål Arne Vathne	Oppdatert ihht nye retningslinjer, gule soner
5	10.08.20	Hanne/Jan Egil	Hanne/Jan Egil	Njål Arne Vathne	Oppdatert ihht nye retningslinjer
4	27.05.20	Hanne Steinsland	Roald Skålevik/ Jan Egil Brevik	Hanne Steinsland	Skjema for rengjøring fra FHI
3	15.05.20	Hanne Steinsland	Vidar G/Håvard Derås	Hanne Steinsland	Oppdatert, samsvar CM
2	05.05.20	Hanne Steinsland	Jan Egil Brevik	Njål Arne Vathne	Oppdatert prosedyre kode
1	20.04.20	Hanne Steinsland	Roald Skålevik/ Jan Egil Brevik	Njål Arne Vathne	
Rev	Date	Prepared	Reviewed	Approved	Revision summary

ResQ Management System Document		RESQ-MS-HSE-PRO-031	
	<p style="text-align: center;">Prosedyre for smittevern ved kursgjennomføring</p>	Date:	16.11.2020
		Rev. No:	08
		Page No:	2 of 11

Innholdsfortegnelse

1	FORMÅL	3
2	OMFANG	3
3	BESKRIVELSE	3
3.1	Generelle smitteverntiltak.....	3
3.2	Informasjon til ansatte, kursdeltakere og kunder.....	4
3.3	Oppmøte.....	4
3.3.1	Ansatte.....	4
3.3.2	Reise og ferie	4
3.3.3	Ved oppstått sykdom mens personer er til stede i tjenesten	4
3.3.4	Hvis en i husstanden til en ansatt er syk.....	5
3.3.5	Hvis en i husstanden til en ansatt har bekreftet covid-19.....	5
3.3.6	Kursdeltakere og kunder	5
3.4	Avstand i lokalene	5
3.5	Hygienetiltak og fysisk kontakt	5
3.6	Redusere kontakthypighet mellom personer	6
3.7	Pause og lunsj.....	6
3.8	Rengjøring.....	7
3.9	Bruk av beskyttelsesutstyr.....	9
3.10	Instruktører/ansatte som selv er i risikogruppe.....	9
4	SPESEILLE SMITTEVERNTILTAK FOR RESQ BEREDSKAPSENTRAL	10
5	ANSVAR OG GJENNOMFØRING.....	10
5.1	Krav til ledere i virksomheten	10
6	REFERANSER	11

ResQ Management System Document		RESQ-MS-HSE-PRO-031	
	Prosedyre for smittevern ved kursgjennomføring	Date:	16.11.2020
		Rev. No:	08
		Page No:	3 of 11

1 FORMÅL

Å sikre at krav til smittevern ivaretas ved kursgjennomføring

2 OMFANG

Prosedyren gjelder for hele ResQ sin virksomhet

3 BESKRIVELSE

3.1 Generelle smitteverntiltak

Det gjøres svært mange tiltak i alle deler av samfunnet som til sammen begrenser smitte-spredningen.


Det er viktig å bruke tiltak som er tilpasset ulike situasjoner. Tiltakene må derfor tilpasses slik at man kan fokusere på det som er viktigst i den aktuelle situasjonen. Her beskriver vi tiltak for å begrense smittespredning blant kursdeltakere og ansatte. Formålet med rådene er å begrense og forsinke utbrudd av covid-19.

De tre grunnpilarene for å bremse smittespredning ved kursgjennomføring er:

- Personer med symptomer på covid-19 skal ikke delta på kurs
- God hygiene og smitteverntiltak på senteret
- Redusert kontakthypighet mellom personer

Det aller viktigste smitteverntiltaket er at syke personer holder seg hjemme. Hostehygiene og å holde avstand er avgjørende for å begrense dråpesmitte, mens håndhygiene, og spesielt det å unngå å ta seg i ansiktet med urene hender, er viktig for å hindre indirekte kontaktsmitte. Økt fysisk avstand mellom mennesker reduserer muligheten for smitte, også før symptomer på sykdom oppstår.

De hyppigst beskrevne symptomer på covid-19 er i starten halsvondt, forkjølelse og lett hoste, i tillegg til sykdomsfølelse, hodepine og muskelsmerter. Magesmerter kan også forekomme.

ResQ Management System Document		RESQ-MS-HSE-PRO-031	
	Prosedyre for smittevern ved kursgjennomføring	Date:	16.11.2020
		Rev. No:	08
		Page No:	4 of 11

ResQ følger [FHI Retningslinjer](#) for smitteverntiltak.

3.2 Informasjon til ansatte, kursdeltakere og kunder

Ansatte skal få innføring i å gjennomføre nødvendige smitteverntiltak som beskrevet i denne prosedyren.

Kursdeltakere og kunder som skal inn på en av våre lokasjoner, vil få tilsendt nødvendig informasjon i forkant av kurset. (one pager)

Viktig at alle bidrar til å gjennomføre smitteverntiltakene i samsvar med denne prosedyre.

3.3 Oppmøte

ResQ har en egen beredskapsplan ved Covid -19 (RESQ-MS-GOV-INS-001-C Beredskapsplan ved Covid 19) for håndtering av ulike hendelser. Alle ansatte skal opptre i henhold til denne.

3.3.1 Ansatte


Alle ansatte må vurdere egen helsetilstand med hensyn til symptomer på akutt luftveisinfeksjon, og unngå å gå på jobb hvis de tror de kan være syke. Ansatte skal forlate arbeidsstedet umiddelbart, ved å varsle leder, dersom de utvikler infeksjonssymptomer.

3.3.2 Reise og ferie

Karantenereregler og råd for smittevern ved reiser endres og oppdateres fortløpende. Alle ansatte i ResQ frarådes utenlandsreiser. Ved innreise fra land som ikke defineres som gule soner gjelder 10 dagers karantene før oppmøte på jobb. Arbeidsgiver skal varsles hvis den ansatte skal ut på reiser som medfører fare for karantene.

3.3.3 Ved oppstått sykdom mens personer er til stede i tjenesten

Ansatte, kursdeltakere eller andre som blir syke mens de er til stede må dra hjem så snart det er mulig. Syke personer som må hentes av andre, må vente på et eget rom eller ute der det ikke er andre. Syke personer skal ikke ta offentlig transport. Syke personer skal bruke munnbind for å redusere smittespredning. I etterkant rengjøres rom, toalett og andre områder der den syke har oppholdt seg. Vanlige rengjøringsmidler kan benyttes.

ResQ Management System Document		RESQ-MS-HSE-PRO-031	
	<p style="text-align: center;">Prosedyre for smittevern ved kursgjennomføring</p>	Date:	16.11.2020
		Rev. No:	08
		Page No:	5 of 11

3.3.4 Hvis en i husstanden til en ansatt er syk

Hvis en i husstanden har symptomer på luftveisinfeksjon, men ikke bekreftet covid-19, skal den ansatte i ResQ opptre i henhold til RESQ-MS-GOV-INS-002 Beredskapsplan ved Covid 19.

3.3.5 Hvis en i husstanden til en ansatt har bekreftet covid-19

Hvis en i husstanden har fått bekreftet covid-19, skal nærkontakter holdes i karantene og testes, etter retningslinjer fra helsemyndighetene.

3.3.6 Kursdeltakere og kunder

Informasjon vil bli sendt ut til kursdeltakere i forkant av oppmøte. (Ref; one pager og info) Ved ankomst kurssenter vil mottak og registrering skje i henhold til interne retningslinjer.


3.4 Avstand i lokalene

Det skal tilrettelegges for anbefalt avstand mellom personer som oppholder seg i lokalene. Dersom det er vanskelig å tilrettelegge for avstand, bør det vurderes å omstrukturere driften. Ommøblering eller å sette opp fysiske barrierer kan vurderes. Utforming av lokalet kan være av betydning for hvor mange kursdeltakere og ansatte som kan være til stede i samme rom. Pulter i klasserom vil bli satt opp/merket i henhold til antall kursdeltakere.

3.5 Hygienetiltak og fysisk kontakt

Unngå håndhilsning og annen unødvendig fysisk kontakt. Dette omfatter spesielt nær ansikt-til-ansikt kontakt. God hånd- og hostehygiene reduserer smitte ved alle luftveisinfeksjoner, også smitte med covid-19. Hygienetiltak skal utføres hyppig av alle, uavhengig av kunnskap om egen og andres smittestatus. Det må tilrettelegges for håndhygiene, enten håndvask eller hånddesinfeksjon, både for ansatte, kursdeltakere og eventuelle andre som må inn på ResQ`s sine øvingsområder. Det skal unngås bruk av ringer, klokker og lignende smykker som kan medføre dårligere håndhygiene, se [Håndhygieneveilederen](#).

Alle ansatte må følge rådene om personlig smittevern:
Vask hendene ofte og grundig med såpe og lunkent vann, bruk papirhåndklær, unngå lufttørker. Bruk desinfeksjonsmiddel som inneholder alkohol, men bare

ResQ Management System Document		RESQ-MS-HSE-PRO-031	
	<p style="text-align: center;">Prosedyre for smittevern ved kursgjennomføring</p>	Date:	16.11.2020
		Rev. No:	08
		Page No:	6 of 11

når det ikke er såpe og vann tilgjengelig.

Håndvask er særlig viktig:

- før man spiser
- før og etter man bruker knapper, utstyr eller instrumenter som mange benytter
- før og etter man bruker heisknapper/ dørkontakter/adgangskontroll, kaffemaskin etc:
- etter at man har hostet eller nyst (helst i albuen)

Tren på ikke å ta deg i ansiktet (dette gjør vi ofte uten å tenke på det. Både nese, munn og øyne er smitteveier).

Felles berøringspunkter som finnes i virksomheten identifiseres, rengjøres/desinfiseres og kontakthyppheten reduseres til et minimum.

Utstyr som skal brukes av flere deltakere (eks. radioer) rengjøres/desinfiseres mellom hver bruker.

3.6 Redusere kontakthypphet mellom personer

Redusert kontakt med andre vil minske risiko for smitte fra personer som ikke vet at de er smittsomme. For å oppnå dette må man øke avstand mellom personer, redusere antall personer som er tett samme. Dette er viktig for smittebegrensning og eventuell sporing av smitte.


3.7 Pause og lunsj

Lunsj blir servert i henhold til retningslinjer fra FHI.

ResQ sine kantiner skal følge [veileder for «trygg servering»](#) fra NHO.

Smitteverntiltak kantine:

- Personer med luftveissymptomer skal ikke oppholde seg i kantine.
- Gå i samme retning i serveringsområdet og unngå trengsel.
- Vask hendene grundig med såpe før ankomst til kantine.
Eventuelt bruk Antibac før du forsyner deg.
- Ikke sett deg ned på spise plass som ikke er vasket av.
- Unngå unødvendig bevegelse i lokalet.
- Hold minst 1 meter avstand.
- Overhold maks antall personer i kantine

ResQ Management System Document		RESQ-MS-HSE-PRO-031	
	Prosedyre for smittevern ved kursgjennomføring	Date:	16.11.2020
		Rev. No:	08
		Page No:	7 of 11

Det skal tilstrebes adskilte garderobes, pauserom og toaletter for ansatte og kursdeltakere.

3.8 Rengjøring

Det anbefales daglig rengjøring og utlufting av lokalet. Ordinære rengjøringsmidler kan benyttes.

Lokale renholdsrutiner bør gjennomgås med tanke på organisering, ansvar og ressursbehov og om det er behov for å gjøre tilpasninger.


Det er viktig med forsterket renhold på utsatte områder:

- Toaletter og vaskeservanter må rengjøres minimum daglig
- Tørk over flater som toalettsete og kran på servanten 2–4 ganger daglig
- Engangs papirhåndklær og såpe skal være tilgjengelig, og man må sørge for at søppel tømmes regelmessig
- Bord og pulter vaskes etter bruk
- Dørhåndtak, trappegelendre, stoler, armlener, andre bordflater og gjenstander som ofte berøres rengjøres hyppig, minimum daglig
- Nettbrett, datamaskiner/tastaturer må også vaskes av minimum daglig og mellom hver bruker


Vær ekstra oppmerksom på hygiene rundt kjøkken/spiserom. Håndhygiene skal utføres før og etter at ansatte benytter kjøkken/spiserom. Håndtering av tekstiler og avfall følger ordinære rutiner for virksomheten. Følg ordinære rutiner for avfallshåndtering.

I tabellen nedenfor, ref. [Anbefalinger fra FHI](#) , gis det noen forslag til hvor ofte ulike elementer bør rengjøres. Rådene er gitt på bakgrunn av nåværende epidemiologiske situasjon og kan bli endret. Det må gjøres lokale vurderinger ut fra lokaler, antall personer som er til stede, brukergruppe, kontakthyppighet og de lokale, epidemiologiske forholdene.

Anbefalingen må sees i sammenheng med de generelle anbefalingene for rengjøring beskrevet ovenfor, samt gjeldende anbefalinger for håndhygiene.

ResQ Management System Document		RESQ-MS-HSE-PRO-031	
	Prosedyre for smittevern ved kursgjennomføring		Date: 16.11.2020
			Rev. No: 08
			Page No: 8 of 11

Element	Bruk	Forslag til rengjøring	Alternativ
Gulv	Lokale med hyppig bruk av mange ulike personer.	Daglig rengjøring samt ved behov.	
	Få personer, begrenset bruk.	Rengjøring ved behov.	
Bord og andre flater	Kortvarig bruk med moderat berøring, eksempelvis møtebord	Rengjøres en gang per dag	Stå ubrukt i 24 timer etter bruk
	Langvarig bruk med mye berøring (f. eks. skrivebord).	Rengjøres etter hver bruker.	Stå ubrukt i 24 timer etter bruk.
Annet inventar	Inventar som berøres over lenger tid, som armlener	Rengjøres etter hver bruker.	Stå ubrukt i 24 timer etter bruk
	Inventar som berøres sjeldent og da i korte perioder.	Vanlig praksis.	
Fellesdusjer	Fellesdusjer som benyttes av mange.	Rengjøres som et minimum daglig. Jevnlig tilsyn for å vurdere behov for ekstra renhold.	
	Fellesdusjer som er sjelden i bruk (et fåtall personer per dag).	Vanlig praksis.	
Utstyr som benyttes av flere	Utstyr som benyttes i undervisning og som berøres av hendene over lenger tid (f.eks. manualer).	Håndhygiene før og etter timen. Utstyret rengjøres etter timen.	
	Utstyr som berøres av hendene over tid (f.eks. manualer, treningsapparater).	Håndhygiene før og etter timen. Utstyr berørt av hendene over tid rengjøres etter vanlige rutiner etter hver bruker	
	Utstyr som berøres av hendene av flere personer under aktiviteten	Håndhygiene før og etter bruk.	
	Utstyr som benyttes av flere, men som i mindre grad berøres med hendene	Vanlig praksis.	
Tekstiler	Tekstiler som benyttes tett på personens kropp (f.eks. håndklær, underbekledning)	Rengjøres etter hver bruker.	
	Utstyr som benyttes tett opp mot ansiktet (f.eks. tørrdrakter, overlevelsesdrakter).	Rengjøres etter hver bruker.	Stå ubrukt i 24 timer etter bruk.
	Tekstiler som normalt benyttes til flere og som ikke er tett mot ansiktet (f.eks. redningsvester).	Vanlig praksis.	

ResQ Management System Document		RESQ-MS-HSE-PRO-031	
	<p style="text-align: center;">Prosedyre for smittevern ved kursgjennomføring</p>	Date:	16.11.2020
		Rev. No:	08
		Page No:	9 of 11

3.9 Bruk av beskyttelsesutstyr

Virksomhetens normale rutiner for bruk av beskyttelsesutstyr følges. Det er ikke smittevernfaglig behov for beskyttelsesutstyr i kontakt med en kursdeltaker som ikke har mistenkt eller bekreftet Covid-19, med mindre det gis spesifikke råd om dette.

Dersom helsehjelp til person med mistenkt Covid-19 ikke kan utsettes, må det benyttes nødvendig beskyttelsesutstyr som munnbind og hansker.

Virksomheter bør ha tilgjengelig munnbind (klasse I). Dersom en kursdeltaker eller Instruktør/ansatt utvikler symptomer på akutt luftveisinfeksjon under kursgjennomføring skal personen ta på seg munnbind og avslutte deltakelse.

Dersom det i en situasjon brukes munnbind er følgende viktig:


- Unngå å berøre munnbindet med hendene når det er på, uten at hendene først er vasket eller desinfisert.
- Vær nøye med håndvask både før og etter munnbind tas på, og straks etter at det er tatt av.
- Kast brukte engangsmunnbind i vanlig husholdningsavfall.

3.10 Instruktører/ansatte som selv er i risikogruppe

Instruktører/ansatte som tilhører en risikogruppe med høy risiko for alvorlig forløp for Covid-19, bør ikke jobbe nært kursdeltaker eller kunder, men ha hjemmekontor eller omplasseres til andre oppgaver hvis mulig.

Basert på informasjon om utbruddet så langt er det særlig eldre personer (over 65 år) som har høy risiko for alvorlig sykdom med Covid-19, spesielt dersom de i tillegg har underliggende kronisk sykdom.

I tillegg har andre voksne personer med underliggende sykdom (hjerte-karsykdom, diabetes og høyt blodtrykk) høyere risiko for alvorlig sykdom. Det gjelder også annen alvorlig kronisk sykdom, svangerskap med komplikasjoner og bruk av medikamenter som gir nedsatt immunforsvar.

ResQ Management System Document		RESQ-MS-HSE-PRO-031	
	Prosedyre for smittevern ved kursgjennomføring	Date:	16.11.2020
		Rev. No:	08
		Page No:	10 of 11

4 SPESIELLE SMITTEVERNTILTAK FOR RESQ BEREDSKAPSSENTRAL

ResQ skal ha en robust og operativ håndteringsevne i en beredskapssituasjon i henhold til de retningslinjer som er nedfelt i vårt styringssystem.

Dersom situasjonen tilsier det kan ekstra ordinære tiltak iverksettes av CEO som går utover de generelle smittevernsprosedyrer. Disse tiltak kan være, men er ikke begrenset til:

- Iverksette helt eller delvis hjemmekontor for medarbeidere med sin arbeidsplass på Beredskapssenteret
- Innføre reise restriksjoner og begrense bruk av offentlig transport
- Iverksette tiltak for Beredskapsledere som defineres som kritisk personell (kritisk personell defineres ut fra situasjon og behov)
- Innføre utvidet rapporteringsplikt for alt personell i beredskapsorganisasjonen ift smittevern, sykdom, og karantene
- Flytte all eller deler av kurs/treningsaktivitet i Beredskapssenteret lokaler til alternative lokasjoner
- Flytte vakt bytter Beredskapssenterets lokaler
- Innføre egne regler om avstand på Beredskapssenteret
- Innføre andre spesielle smitteverntiltak (som bruk av munnbind, spesiell rengjøring etc)
- Innføre spesiell operativ status rapportering for beredskapsorganisasjonen

5 ANSVAR OG GJENNOMFØRING


Alle ansatte i ResQ skal bidra til at kurs gjennomføres i henhold til interne og eksterne retningslinjer.

5.1 Krav til ledere i virksomheten

Leder skal sørge for systematisk styring av virksomheten, herunder at virksomheten ivaretar grunnleggende krav til smittevern.

Leder skal sørge for at ansatte har nødvendig kunnskap om gjeldende smittevernråd og legge til rette for at disse kan følges.

Leder er ansvarlig for at prosedyrer følges opp lokalt.

ResQ Management System Document		RESQ-MS-HSE-PRO-031	
	<p style="text-align: center;">Prosedyre for smittevern ved kursgjennomføring</p>	Date:	16.11.2020
		Rev. No:	08
		Page No:	11 of 11

6 REFERANSER

FHI

Forskrift om smitteverntiltak mv. ved Koronautbruddet (covid-19-forskriften)

Helsedirektoratet

Sjekkliste for smittevern ResQ

Risikovurdering av smitteverntiltak ved kursgjennomføring

One-Pager Covid-19

Informasjon om råd for å unngå smitte, se [plakater og informasjonsmateriell](#).