

An Réamhrá

Tugtar sonraí i bPlean Freagartha COVID-19 ar na beartais agus na cleachtais is gá do na fostóirí a chur i bhfeidhm chun [Prótacal um Fhilleadh ar an Obair go Sábháilte](#) an Rialtais a chomhlíonadh, prótacal a foilsíodh i mBealtaine 2020, chun cabhrú le leathadh COVID-19 san ionad oibre a chosc. Foilsíodh [‘Prótacal um Oibriú go Sábháilte’](#) leasaithe agus ba cheart tagairt dó sin chun do Phlean Freagartha COVID-19 a choinneáil cothrom le dáta. Theastaigh an Prótacal leasaithe i bhfianaise straitéis an Rialtais, Teacht Aniar agus Téarnamh 2020-2021: An Plean maidir le Maireachtáil le COVID-19, agus chun an chomhairle Sláinte Poiblí a foilsíodh sa chéad Phrótacal a nuashonrú.

Tabharfar forléargas sa Phlean ar na príomhréimsí a chaithfidh fostóirí a mheasúnú chun a chinntiú go bhfuiltear ag comhlíonadh na mbeart a phléitear sa Phrótacal chun leathadh COVID-19 san ionad oibre a chosc.

Is gá do gach ionad oibre Plean a fhorbairt agus cabhróidh úsáid na treorach seo agus na seicliostaí a ghabhann léi, atá ar fáil ó HSA ar hsa.ie/covid19, leis sin.

Teastaíonn tiomantas láidir don Phlean ón lucht bainistíochta agus ó na hoibrithe, agus ba cheart é a fhorbairt i gcomhar leis na hoibrithe agus a chur in iúl dóibh nuair atá sé réidh. Beidh comhairliúchán leis na hoibrithe¹, maoirsiú, eolas agus treoir shoiléir d’oibrithe, iad siúd a phléann le custaiméirí ina measc, riachtanach chun go n-éireoidh le do Phlean Freagartha COVID-19. Anuas air sin, ba cheart eolas agus comhairle a bhaineann go sonrach leis an ionad oibre a thabhairt do chonraitheoirí agus do chuartheoirí.

Tabhair faoi deara: Is cáipéis oibre beo é an Plean agus ba cheart é a athbhreithniú go leanúnach agus é a leasú bunaithe ar threoir nua ó gov.ie, hse.ie, hpsc.ie, dbei.ie agus hsa.ie.



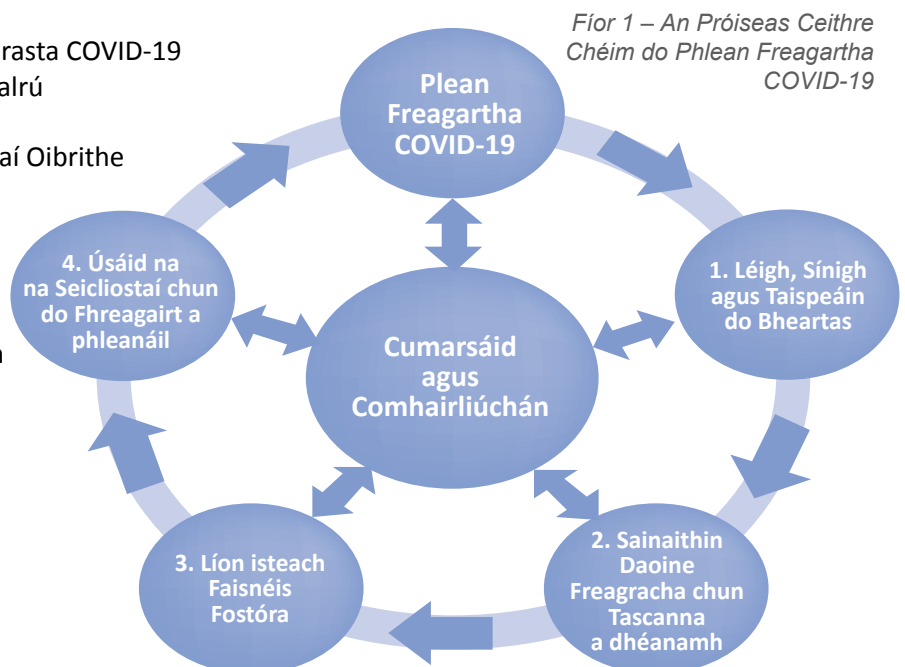
An plean seo a úsáid

Caithear sonraí a thabhairt i do Phlean Freagartha COVID-19 ar an gcaoi a gcuirfidh do ghnó na bearta coisc agus rialaithe ionfhabhtuithe (IPC) i bhfeidhm chun guaiseacha agus rioscaí COVID-19 a bhainistiú agus chun cabhrú le leathadh an víris san ionad oibre a chosc. Pléifear eolas agus treoir thábhachtach sna codanna seo a leanas, le tacaíocht ó na seicliostaí thíos. Is iad sin:

- Beartas COVID-19, ina dtabharfar breac-chuntas ar thiomantas an lucht bainistíochta do chur i bhfeidhm an Phlean agus na seicliostaí. Caithfidh an stiúrthóir bainistíochta/an t-úinéir gnó an beartas a shíniú agus dáta a chur leis.
- Seicliosta 1 - Pleanáil agus Ullmhú (An t-ionad oibre a oscailt nó a athoscailt i ndiaidh a dhúnta)
- Seicliosta 2 - Bearta Coisc agus Rialaithe Ionfhabhtuithe (IPC)
- Seicliosta 3 - Ionduchtú COVID-19
- Seicliosta 4 - Ag déileáil le Cás Amhrasta COVID-19
- Seicliosta 5 - Glantachán agus Díghalrú
- Seicliosta 6 - Oibrithe
- Seicliosta 7 - Ról an Phríomh-Ionadaí Oibrithe

Leagtar amach an Plean Freagartha thíos mar phróiseas ceithre chéim (Fíor 1).

N.B. Tá sé tábhachtach go leantar ar aghaidh ag athbhreithniú an Phlean chun a chinntiú go mbeidh sé ag teacht leis an gcomhairle Sláinte Poiblí agus Rialtais i gcónaí. Tá sé tábhachtach freisin súil a choinneáil ar an liosta gníomhartha ar gach seicliosta chun a chinntiú go gcuirtear i gcrích iad.



¹ agus le Ceardchumann nuair is cuí

Plean Freagartha COVID-19



Céim 1 - Beartas COVID-19 an Fhostóra

Tugtar breac-chuntas sa Bheartas COVID-19 seo ar ár dtiomantas mar fhostóir chun an Plean Freagartha COVID-19 a chur i bhfeidhm agus cabhrú le leathadh an víris a chosc. Déanfaidh an stiúrthóir bainistíochta/an t-úinéir gnó an beartas seo a shíniú agus dáta a chur leis, agus tarraingeofar aird ar mbainisteoirí, ár maoirseoirí, ár gcliant agus ár n-oibrithe air.

Ráiteas Beartais COVID-19

Tá _____ tiomanta d'ionad oibre atá sábháilte agus sláintiúil ar chur ar fáil dár n-oibrithe agus dár gcustaiméirí ar fad. D'fhorbraíomar an Plean Freagartha COVID-19 seo a leanas, agus athbhreithníodh é de réir an 'Phrótaicail um Oibriú go Sábháilte' nuashonraithe. Tá gach bainisteoir, maoirseoir agus oibrí freagrach as an bPlean seo a chur i bhfeidhm agus cabhróidh an chomhiarracht sin le srian a chur ar leathadh an víris. Déanfaimid na nithe seo a leanas:

- leanúint leis an monatóireacht ar ár bhfreagairt do COVID-19 agus an Plean seo a nuashonrú i gcomhar lenár gcuid oibrithe
- eolas cothrom le dáta a sholáthar dár gcuid oibrithe i dtaca leis an gcomhairle sláinte poiblí a eisióinn hse.ie agus gov.ie
- a chinntiú go bhfreastalaíonn gach oibrí ar sheisiún ionductaithe/eolais faoi bhearta coisc agus rialaithe ionfhabhtuithe (IPC) COVID-19
- eolas a thaispeáint faoi chomharthaí agus siomptóim COVID-19, agus bearta IPC eile
- ceapachán Príomh-Ionadaí Oibrithe amháin ar a laghad a éascú, i gcomhairle lenár n-oibrithe agus/nó ionadaithe
- ainm an Phríomh-Ionadaí Oibrithe/na bPríomh-Ionadaithe Oibrithe agus a ról a chur in iúl
- oibrithe a choinneáil ar an eolas faoin tábhacht a bhaineann le cloí le sláinteachas lámh, béasa riospráide agus riachtanais scartha fhisiciúil
- an t-ionad oibre a oiriúnú, nó leanúint ar aghaidh á oiriúnú, chun gur féidir scaradh fhisiciúil agus bearta IPC COVID-19 eile a dhéanamh. Ar an mbealach sin, cinnteoidimid nach nochtfar oibrithe trí thimpiste do ghuaiseacha agus rioscaí breise sláinte agus sábháilteachta ceirde
- an t-ionad oibre a oiriúnú, nó leanúint ar aghaidh á oiriúnú, chun oibrithe a chosaint ar nochtadh COVID-19 do/ó dhaoine eile (an pobal, custaiméirí, comhoibrithe)
- cúinsí rioscaí ar leith na n-oibrithe a chur san áireamh
- loga teagmhála a choinneáil chun cabhrú le rianú teagmhálaithe
- nósanna imeachta a leanúint má léiríonn duine éigin comharthaí nó siomptóim COVID-19 ag an obair nó san ionad oibre
- treoracha soiléire a thabhairt d'oibrithe a bheidh le leanúint má thagann comharthaí agus siomptóim COVID-19 orthu le linn na hoibre
- ceannasaí/ceannasaithe a shainiú chun bearta sonracha a chur in iúl d'oibrithe nach é an Béarla a gcéad teanga
- a chinntiú go bhfuil bearta teagmhasacha i bhfeidhm chun aghaidh a thabhairt ar éifeachtaí COVID-19 san ionad oibre
- leanúint leis na bearta glantacháin atá i bhfeidhm agus leis na bearta díghalraithe, más gá, de réir threoir an rialtais

Rachfar i gcomhairle leis na bainisteoirí, maoirseoirí, Príomh-Ionadaí Oibrithe/Príomh-Ionadaithe Oibrithe agus oibrithe ar fad go rialta agus spreagtar aiseolas ar aon ábhar inní, fadhb nó moladh.

Is féidir aiseolas/ábhar inní a chur in iúl tríd an bPríomh-Ionadaí Oibrithe/na Príomh-Ionadaithe Oibrithe.

Sínithe: _____

Dáta: _____

Plean Freagartha COVID-19



Céim 2 – Daoine Freagracha chun Tascanna a Dhéanamh

Shainaitníomar duine/daoine ar a bhfuil an oiliúint chúil chun a chinntiú go gcuirtear an Plean i bhfeidhm agus go gcuirtear na seicliostaí i gcrích.

Sainaitníodh daoine a chomhaontaigh freagracht a ghlacadh as tascanna ar nós:

- ról an Phríomh-Ionadaí Oibrithe
- úsáid seicliostaí chun aon réimsí a d'fhéadfaí a fheabhsú a shainaitint
- seiceálacha rialta chun a chinntiú go bhfuil an Plean i bhfeidhm
- athbhreithniú ar mheasúnuithe rioscaí agus ar an ráiteas sábháilteachta
- athnuachan ar dheimhniú reachtúil nuair is gá
- oiliúint
- athbhreithniú ar nósanna imeachta éigeandála agus garchabhrach

Chuamar i gcomhairle leis na daoine atá freagrach as na tascanna sin agus:

- chuireamar ar an eolas iad faoi na tascanna agus faoina bhfreagrachtaí
- chuireamar a n-ainm leis an tasc/na tascanna ábhartha i dtábla na nDaoine Freagracha (féach thíos) agus d'iarramar ar gach duine freagartha a n-ainm a shíniú chun a léiriú go gcomhaontaíonn siad tabhairt faoin tasc sin.

Clár Tascanna na nDaoine Freagracha (Neamhchuimsitheach)

Uimh.	Tascanna (ní liosta iomlán é seo)	Duine Freagrach/ Daoine Freagracha	Síniú
1	An té atá freagrach as cur i bhfeidhm an Phlean trí chéile		
2	Sainaitint agus oiliúint an Phríomh-Ionadaí Oibrithe		
3	Pleanáil agus Ullmhú chun Filleadh ar an Obair (An t-ionad oibre a oscailt nó a athoscailt i ndiaidh a dhúnta)		
4	Beara Coisc agus Rialaithe Ionfhabhtuithe (IPC) (Seicliosta 2)		
5	Ionduchtú COVID-19 (Seicliosta 3)		
6	Ag Déileáil le Cás Amhrasta COVID-19 (Seicliosta 4)		
7	Glantachán agus Díghalrú (Seicliosta 5)		
8	Eolas Oibrithe (Seicliosta 6)		
9	An Príomh-Ionadaí Oibrithe (Seicliosta 7)		
10	Foirmeacha Roimh Fhilleadh ar an Obair		
11	Eile:		

Plean Freagartha COVID-19



Céim 3 – Eolas an Fhostóra

Ainm an Fhostóra:	
Seoladh an Ionaid Oibre:	
Stiúrtóir Bainistíochta/Bainisteoir Sinsearach san Ionad Oibre:	
Príomh-Ionadaí Oibríthe/Príomh-Ionadaithe Oibríthe:	
Cineál Gnó:	
Líon Oibríthe (lena n-áirítear go lánaimearseartha, go páirtaimseartha, ar conradh agus ó ghníomhaireacht):	
Eolas cothrom le dáta ar gach Oibrí (lena n-áirítear go lánaimearseartha, go páirtaimseartha, ar conradh agus ó ghníomhaireacht):	
Guthán:	
Ríomhphost:	



Céim 4 – Seicliostaí

a) Filleadh ar an Obair – Pleanáil agus Ullmhú (An t-ionad oibre a oscailt nó a athoscailt i ndiaidh a dhúnta)

Tá an chéim pleanála agus ullmhaithe riachtanach chun a chinntiú go bhfilltear ar an obair go sábháilte (bíodh an gnó ag oscailt nó ag athoscailt) chomh maith le leanúint ar aghaidh ag oibriú go sábháilte nuair atáthar oscailte. Pléitear ábhar ar nós eolais agus treorach, Foirmeacha Roimh Fhilleadh ar an Obair, ainm an Phríomh-Ionadaí Oibríthe a chur in iúl, eolas ionduchtaithe a athbhreithniú, bearta coisc agus rialaithe ionfhabhtuithe (IPC) agus bearta rialaithe eile a shainiú agus a chur i bhfeidhm, anuas ar ár ráitis sábháilteachta, measúnuithe rioscaí agus pleananna éigeandála a nuashonrú.

Dúradh leis na hoibrithe monatóireacht a dhéanamh orthu féin ar fhaitíos go mbeadh comharthaí agus siomptóim COVID-19 orthu agus gan teacht chuig an obair má tá aon chomharthaí nó siomptóim orthu nó mura n-airíonn siad go maith. Míníodh na siomptóim a phléitear ar hse.ie/coronavirus dóibh, agus úsáidfeadh an Fhoirm Roimh Fhilleadh ar an Obair chun sláinte na n-oibríthe a mheasúnú sula dtéann siad isteach/isteach arís san ionad oibre. Cuirfeadh bearta sonracha i bhfeidhm d'oibríthe a bhfuil cúinsí riosca ar leith acu.

Tuilleadh Eolais

- Seicliosta 1 - Pleanáil agus Ullmhú (An t-ionad oibre a oscailt nó a athoscailt i ndiaidh a dhúnta)
- Foirm Roimh Fhilleadh ar an Obair

Plean Freagartha COVID-19



b) Bearta Coisc agus Rialaithe Ionfhabhtuithe (IPC) agus Bearta Rialaithe Eile

Pléann an chuid seo leis na bearta atá á gcur i bhfeidhm againn chun leathadh COVID-19 a chosc nó a laghdú a oiread agus is féidir san ionad oibre agus inár bpobail.

Áirítear leis na bearta a chaithfear a chomhlíonadh:

- Sláinteachas lámh/Díghalrú lámh
- Sláinteachas riospráide
- Scaradh fisiciúil
- Teagmháil a íoslaghdú
- Oibrithe i mbaol a mheas
- Eolas agus comhairle a bhaineann go sonrach leis an ionad oibre d'oibrithe (oibrithe a phléann le custaiméirí ina measc), conraitheoirí agus cuairteoirí ar ionaid oibre

Tuilleadh Eolais

- Seicliosta 2 - Bearta Coisc agus Rialaithe Ionfhabhtuithe (IPC)
- Comhairle FSS faoi 'How to Clean your Hands' ar [hse.ie/coronavirus](https://www.hse.ie/coronavirus)
- [How to Properly Wash Your Hands](#) – físeán



c) Ionduchtú COVID-19

Cuirfear oibrithe ar an eolas faoi athruithe san ionad oibre agus cuirfear na bealaí nua oibre ar a súile. Leasaíodh an t-ionduchtú, nó an seisiún eolais faoinár n-ionad oibre, a thugaimid d'fhostaithe nua go hiondúil, agus áirítear bearta ann anois a phléitear sa Phrótocal um Oibriú go Sábháilte chun cabhrú le leathadh COVID-19 a chosc. Tabharfaidh na hoibrithe ar fad faoin ionduchtú sin nuair a fhilleann siad ar an obair i ndiaidh dhúnadh an ionaid oibre, agus don athoscailt. Tabharfar faoin ionduchtú go sábháilte agus beidh bearta scartha fisiciúil i bhfeidhm lena linn.

Pléifear na nithe seo a leanas agus cuirfear ar shúile na n-oibrithe iad:

- Córas cumarsáide
- Foirm Roimh Fhilleadh ar an Obair
- Comharthaí agus siomptóim COVID-19 (sa bhaile agus san ionad oibre)
- Eolas faoin gcaoi a leatar an víreas
- Bearta Coisc agus Rialaithe Ionfhabhtuithe (IPC)
- Loga teagmhála COVID-19
- Príomh-Ionadaí Oibrithe/Príomh-Ionadaithe Oibrithe
- Athruithe ar mheasúnuithe rioscaí agus ar an ráiteas sábháilteachta
- Athruithe ar phleananna éigeandála agus ar nósanna imeachta garchabhrach
- Bearta chun déileáil le cás amhrasta COVID-19
- Teagmháil a laghdú a oiread agus is féidir (lena n-áirítear oibrithe a eagrú ina bhfoirne nó meithleacha [pods])
- Nósanna imeachta tuairiscithe

Déanfar taifead ar na daoine a fhreastalaíonn ar ionduchtú COVID-19 agus coinneofar na taifid.

Tuilleadh Eolais

- Seicliosta 3 - Ionduchtú COVID-19
- Cúrsa ar líne HSA *Work Safely Induction* [hsa.ie/covid19](https://www.hsa.ie/covid19) – is féidir é seo a chur ar fáil d'oibrithe mar chuid den oiliúint ionduchtaithe a chuirtear ar fáil.

Plean Freagartha COVID-19



d) Ag Déileáil le Cás Amhrasta COVID-19

Tugtar sonraí anseo faoinár nós imeachta a bheidh le leanúint má léiríonn duine éigin ag an obair nó san ionad oibre comharthaí agus siomptóim COVID-19.

Tá foireann freagartha i bhfeidhm againn agus d'ainmníomar cásbhainisteoir nó teagmhálaí/teagmhálaithe chun déileáil le cásanna amhrasta. Tugadh an t-eolas dóibh faoin gcaoi leis sin a dhéanamh go sábháilte. Tá limistéar/limistéir leithlisithe againn a úsáidfear chun an té atá i gceist a leithlisiú ón gcuid eile den lucht oibre. Tá sé éasca do bhealach a dhéanamh chuig an limistéar/na limistéir leithlisithe agus tá doras dúnta ann. Tá aeráil sa limistéar leithlisithe trí fhuinneog, agus tá soláthairtí riachtanacha ar nós ciarsúr, díghalráin lámh, lámhainní, masc, boscaí/málaí bruscair ar fáil ann. Tá nósanna imeachta i bhfeidhm chun gur féidir leis an duine an t-áitreabh a fhágáil go sábháilte. Tá pleananna teagmhasacha i bhfeidhm i gcás go léiríonn níos mó ná duine amháin siomptóim COVID-19 ag an obair.

Tuilleadh Eolais

- Seicliosta 4 - Ag Déileáil le Cás Amhrasta COVID-19
- Comhairle ó HPSC.ie faoi [ráig COVID-19 a bhainistiú](#)



e) Glantachán agus Díghalrú san Ionad Oibre

Tá córas éifeachtach glantacháin i bhfeidhm againn a dhéantar go rialta. Déantar díghalrú chomh maith leis an nglantachán, nuair a theastaíonn sé. Cabhróidh glantachán agus díghalrú rialta le leathadh an víris a laghdú. Tá sé socraithe againn freisin go nglanfar dromchlaí a leagtar lámh orthu go minic faoi dhó sa lá, dromchlaí ar nós murláin dorais, ráillí lámh, lasca solais, fearais cistine, etc.

Glanfar saoráidí leasa agus limistéir chomhroinnte (e.g. seomraí locar) faoi dhó sa lá freisin.

Má chaithfear dromchlaí éilithe a dhíghalrú, déanfar sin anuas ar an nglantachán.

Tabharfar ábhair ghlantacháin d'oibrithe chun a spás oibre féin a choinneáil glan agus sláinteach agus molfar dóibh aon earraí pearsanta a thugtar leo ón mbaile a ghlanadh go rialta. Féadfar díghalráin lámh alcólbhunaithe nó nach bhfuil alcólbhunaithe a úsáid. Nuair a roghnaítear díghalrán lámh, cinntimid go bhfuil sé éifeachtach in aghaidh COVID-19 (coróinvíreas) agus seiceálaimid Cláir na dTáirgí Bithicídeacha sa [Roinn Talmhaíochta agus Mara](#) chun a chinntiú go bhfuil an táirge cláraithe agus gur féidir é a úsáid. Má chuirtear díghalrán lámh alcólbhunaithe ar fáil, tá 60% alcól ann ar a laghad.

Méadaíodh líon na bpointí bailithe dramhaíola san ionad oibre, agus folmhaítear iad go rialta i gcaitheamh an lae agus ag deireadh gach lae. Déantar dramhaíl, lena n-áirítear ábhair ghlantacháin, ceirtíní agus ciarsúir pháipéir úsáidte, a dhiúscairt i gceart de réir na mbearta a phléitear sa Phrótacal um Oibriú go Sábháilte Glantar agus díghalraítear limistéir leithlisithe i gceart, agus cloítear leis na bearta a phléitear sa Phrótacal.

Tabharfar eolas agus treoir don fhoireann glantacháin faoi na nósanna imeachta nua.

Tuilleadh Eolais

- Seicliosta 5 - Glantachán agus Díghalrú
- [Treoir ón Lárionad Eorpach um Ghalair a Chosc agus a Rialú \(ECDC\)](#)

Plean Freagartha COVID-19



f) Freagrachtaí na nOibrithe san Ionad Oibre

Anuas ar na gnáthfhreagrachtaí a bhíonn ar na hoibrithe a chomhlíonadh gach lá, tá dúshlán nua ag baint le leathadh COVID-19 a gcaithfidh oibrithe aghaidh a thabhairt orthu freisin, ionas gur féidir iad a chosaint ar an víreas agus gur féidir an Prótacal um Oibriú go Sábháilte a chur i bhfeidhm go héifeachtach.

Caithfidh na hoibrithe leanúint orthu á gcoinneáil féin ar an eolas faoin gcomhairle is deireanaí ó gov.ie agus ó hse.ie. Caithfidh siad comhoibriú freisin leis na bearta IPC a chur i bhfeidhm go seasta chun cabhrú le leathadh an víris a chosc agus aon fhadhbanna nó ábhar imní atá acu a thuairisciú dá mbainisteoir/maoiseoir nó don Phríomh-Ionadaí Oibrithe.

Tuilleadh Eolais

- Seicliosta 6 - Oibrithe



g) An Príomh-Ionadaí Oibrithe

Éascóimid ceapachán Príomh-Ionadaí Oibrithe amháin ar a laghad don ionad oibre, i gcomhairle lenár n-oibrithe, chun a chinntiú go gcloítear le bearta COVID-19. Cuirfear oiliúint ar an bPríomh-Ionadaí Oibrithe/na Príomh-Ionadaithe Oibrithe agus tabharfar eolas dóibh faoin ról agus faoi na bearta atá i bhfeidhm chun cabhrú le leathadh an víris a chosc. Inseoidimid do na hoibrithe cén Príomh-Ionadaí Oibrithe a bhaineann leo agus cén chaoi le dul i dteagmháil leo.

Tá bealaí cumarsáide maithe san ionad oibre riachtanach do na páirtithe leasmhara ar fad. Ba cheart do bhainisteoirí, maoirseoirí agus oibrithe plé leis an bPríomh-Ionadaí Oibrithe/na Príomh-Ionadaithe Oibrithe, chun aird a tharraingt ar ábhar imní, fadhbanna nó ábhar imní a thuairisciú, smaointe a chur faoina mbráid agus feabhsuithe san ionad oibre a shainaithint.

Tuilleadh Eolais

- Seicliosta 7 – An Príomh-Ionadaí Oibrithe
- Cúrsa ar líne HSA do Phríomh-Ionadaithe Oibrithe hsa.ie/covid19

Is chun críche treorach amháin an t-eolas atá sa teimpléad seo, agus níl sé cuimsitheach. Níl sé ceaptha comhairle dlí a chur ort, agus níor cheart duit brath ar an eolas mar chomhairle dá leithéid. Ní thugaimid aon bharánta sainráite ná intuigthe i leith chruinneas nó iomláine an eolais. Ní bheidh an tÚdarás Sláinte agus Sábháilteachta faoi dhliteanas ar aon bhealach ná go feadh méid ar bith i leith aon damáistí, cailteanais ná costais dhíreacha, indíreacha, speisialta, theagmhasacha nó iarmhartacha a eascraíonn as úsáid an teimpléid seo.