



الجمهورية اللبنانية  
وزارة التربية والتعليم العالي

## الدليل الصحي للمؤسسات التعليمية حول الإجراءات الوقائية لمنع إنتقال وإنشار فيروس سارس - كوف-٢ (SARS-CoV-2) - المسبب لعدوى كوفيد-١٩

### الجزء الأول: البروتوكول الخاص بالأدوار والمسؤوليات



يونيسف  
لكل طفل

برنامـج الأغذـية  
العـالـمـي

منظمة الصحة العالمية  
لبنان

الجمهـوريـة الـلـبـانـيـة  
وزـارـة الصـحة العـامـة

الدليل الصحي للمؤسسات التعليمية حول الإجراءات الوقائية  
لمنع إنتقال وإنشار فيروس سارس - كوف-٢ (SARS-CoV-2) -  
المسبب لعدوى كوفيد-١٩

الجزء الأول: البروتوكول الخاص بالأدوار والمسؤوليات





## جدول المحتويات

أولاً	مقدمة
ثانياً	تمهيد

٤. الإجراءات الوقائية في المنزل والتنسيق والتعاون المستمر بين الأهل وإدارة المؤسسة التعليمية خلال العام الدراسي	٣٤
<b>القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة</b>	٣٥
١. المهام والمسؤوليات العامة	٣٥
٢. دور مدير(ة) المؤسسة التعليمية/ المدرسة / المعهد / الجامعة	٣٧
٣. دور المرشد الصحي البيئي أو المسؤول الصحي في تنفيذ ومتابعة إجراءات	٤٠
٤. دور أعضاء الهيئة التعليمية	٤١
٥. دور المكلفين من الهيئتين الإدارية والتعليمية بتنفيذ ومتابعة إجراءات	٤٦
٦. دور عاملين النظافة بمتابعة وتنفيذ إجراءات	٤٨
٧. دور المتعلمين في المساعدة في تنفيذ إجراءات	٤٧
٨. دور الأهل وأولياء الأمور في تنفيذ إجراءات وتعزيز السلوكيات الصحية عند الأطفال	٤٨
<b>القسم الخامس: إرشادات صحية</b>	٤٩
١. الاستخدام السليم للكمامات	٤٩
٢. كيفية تنظيف وتعقيم الأشياء والأسطح الأكثر لمساً	٥٠
٣. سلامة الغذاء	٥٠
<b>الملاحق:</b>	٥٣
٠. جدول بالروابط الالكترونية	٥٣
١. المواد الأساسية الازمة للوقاية من العدوى ومكافحتها	٥٤
٢. لائحة تباع التنظيف اليومي والتعقيم الدوري والمترد لجميع مراافق المؤسسة التعليمية	٥٥
٣. تعاميم وزارة التربية والتعليم العالي	٥٦

<b>القسم الأول: معلومات عامة عن مرض كوفيد-١٩</b>	١
١. ما هو مرض كوفيد-١٩؟	١
٢. ما هي عوارض مرض كوفيد-١٩؟	٣
٣. طريقة انتقال العدوى	٣
٤. الفئات الأكثر عرضة للمضاعفات	١
٥. توافر العلاج واللечение	٧
٦. كيف أحمي نفسي والآخرين من العدوى؟	٨
<b>القسم الثاني: السيناريوهات المحتملة في إطار إعادة فتح المؤسسات التعليمية للعام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٠ خلال جائحة كوفيد-١٩</b>	١٣
<b>القسم الثالث: إجراءات الوقائية لضمان بيئة تعليمية سليمة في ظل جائحة كوفيد-١٩</b>	١٨
١. توجيهات عامة للهيئتين الإدارية والتعليمية وجميع العاملين في نطاق المؤسسة التعليمية	١٨
٢. الإجراءات الوقائية في حال ظهور أية عوارض مرضية على أحد المتعلمين أو العاملين خلال الدوام في المؤسسة التعليمية	٢١
٣. الإجراءات الوقائية في حال تأكيد حالة إصابة بفيروس السارس - كوف - ٢ ضمن نطاق المؤسسة التعليمية	٢١
٤. الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال المرحلة التحضيرية	٢٣
٥. الإجراءات الوقائية في وسائل النقل المدرسية والعامة خلال المرحلة التحضيرية	٢٩
٦. الإجراءات الوقائية في المنزل والتنسيق والتعاون المستمر بين الأهل وإدارة المؤسسة التعليمية خلال المرحلة التحضيرية	٣٠
٧. الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال العام الدراسي	٣٠
٨. الإجراءات الوقائية في وسائل النقل المدرسية والعامة خلال العام الدراسي	٣٤



## مقدمة

لقد أدرك المجتمع خطورة انتشار فيروس السّارس - كوف-٢ (SARS-CoV-2) وأصبح أكثر انخراطاً في تطبيق المعايير والتدابير، وبالتالي فإن المؤسسات التربوية تشكل نموذجاً يحتذى به للحفاظ على صحة المجتمع.

من هنا، كانت فكرة هذا الدليل الصحي الذي يُشكّل مجموعة من القواعد والسلوكيات في ظل الظروف الاستثنائية الصحية التي يمرّ بها لبنان والعالم. وينطلق هذا الدليل من الإنسان كقيمة مُتكاملة صحيّاً وفكريّاً وتربوياً واجتماعياً، فإنّ أهمّنا الصحة انها هيكل القيم.

يتوجّه هذا الدليل إلى الأسرة التربوية بكل مكوناتها وتلامذتها والأهل.

وليس هدفه، في كل حال، التوجّه إلى أصحاب الاختصاص في الطب أو العلوم الطبيعية، لأنّ هؤلاء يجدون ضالتهم في مؤلفات تنتهي منهاً علمياً معتمداً يُلبي مقاصدهم.

إنّه، بالنتيجة، وثيقة مُبسطة تُسهم في إرشاد المؤسسات التعليمية والأهل إلى كيفية قَنْع انتقال الفيروس وانتشاره، كما تُسهم في شرح أُسس الإجراءات التي يجب تطبيقها لتأمين عودة آمنة إلى المدارس والثانويات والجامعات، وذلك انطلاقاً من الهدف الأساسي: تأمين تعليم نوعي من الجميع لبناء ملحف المواطن الذي تُريد.

وبالإمكان اعتباره، في كل حال، إسهاماً ولو محدوداً في احترام الذات واحترام الآخر، إيماناً مُنّا بقدسية الحياة، ومن هنا يمكن أن ننجح في القيام بأدوارنا بكل مسؤولية. فالمجتمع، بكل مكوناته، يتشارك في المسؤولية، إذ ان التدابير تبدأ من المنزل حيث ينطلق النّقل المدرسي (أو «باصات» المؤسسات التعليمية) إلى مدخل المؤسسة التعليمية وصولاً إلى قاعة التدريس.

إنّه تعايش مع ظروف غير طبيعية، لكنّه ليس مستحيلاً في ظل الوعي الجماعي والالتزام بالقواعد وتوفير مُستلزمات الحماية من انتشار الفيروس، وفي مقدمتها غسل اليدين والتعقيم، وعدم التجمّع والحفاظ على التباعد الاجتماعي والمتابعة والمراقبة.



## تمهيد

تفشى مرض كوفيد-١٩ (COVID-19) للمرة الأولى في مدينة ووهان الصينية في أوائل شهر كانون الأول عام ٢٠١٩. وقد أعلنت منظمة الصحة العالمية رسمياً في ٣٠ كانون الثاني ٢٠٢٠ أن تفشي الفيروس يشكل حالة طوارئ صحية عامة تبعث على القلق الدولي، وأكدت تحول الفاشية إلى جائحة في ١١ آذار ٢٠٢٠.

تم تأكيد أول حالة عدوى بكورونا في لبنان في ٢١ شباط ٢٠٢٠، في أصعب مرحلة يعيشها الوطن على الصعيد الاجتماعي والاقتصادي، فباشرت الحكومة اللبنانية بالتصدي لفيروس السارس - كوف - ٢- وتنفيذ خطة الاستجابة، واتخذت قرارات حازمة للحد من تفشي الوباء في المجتمع اللبناني؛ ولا تزال تواصل حالة التعبئة العامة والتأهب لاحتواء الفيروس واتخاذ كل الإجراءات الازمة للحد من انتشاره. ومن أبرز هذه الإجراءات إغلاق دور الحضانة والمدارس والثانويات والجامعات في ٢٩ شباط ٢٠٢٠.

كانت وزارة التربية والتعليم العالي على أتم الاستعداد منذ البداية، وأطلقت بالتعاون مع وزارة الصحة العامة ومنظمة الصحة العالمية واليونيسف والصليب الأحمر اللبناني حملة وطنية للتوعية حول الإجراءات الوقائية من الأمراض الوبائية، لا سيما عدوى كوفيد-١٩، وُجّهت إلى مديري المؤسسات التعليمية والمرشدين الصحيين البيئيين/ المسؤولين الصحيين فيها. كان الهدف الأساسي من هذه الحملة نشر الوعي وتصحيح المفاهيم الخاطئة حول فيروس كورونا المستجد والمُعَرَّف عنه علمياً بالسارس - كوف - ٢- (SARS-CoV-2)، وتمكين أفراد المؤسسة التعليمية من اتخاذ الإجراءات الوقائية الازمة لمواجهتها وحماية المتعلمين وكل العاملين فيها. كذلك تم تطوير مواد توعوية (فيديو، ملصق، منشور) لهذا الغرض. وقد ساهمت وزارة التربية والتعليم العالي، بالتنسيق مع الجامعة اللبنانية واللجنة الدولية لطلبة الطب في لبنان (LeMSIC)، بتدريب متخصصي طلب كليات العلوم الطبية في الجامعة اللبنانية وفي الجامعات الخاصة، تمهدًا للتطوع والمشاركة في تنفيذ الإجراءات التي تُنذرها وزارة الصحة العامة، وذلك بالتعاون مع اليونيسف، والصليب الأحمر اللبناني، ومنظمة الصحة العالمية.

إن دور المرشد الصحي البيئي/المُسؤول الصحي أساس في هذا المسار، وإن الإدارة مدعوة لمتابعة تطبيق الإرشادات والشهر مع الأهل على العناية بتطبيق التوجيهات الصحية والسلوكيات الإجتماعية، حفاظاً على سلامة المتعلمين والمُعلمين وأبناء المجتمع.

ولم يكن هذا الدليل ليُرى النور، لو لا إيمان وحدة التربية الصحية البيئية في جهاز الإرشاد والتوجيه والوحدات الإدارية في وزارة التربية والتعليم العالي بأن التفاني في كل عمل عام هو العلامة التي علينا الاهتداء بها لاجتياز الطريق الطويل إلى تحقيق الواجبات وتحمّل المسؤوليات على أكمل وجه. ولم يكن ليُرى النور، خصوصاً، لو لا الملاحظات القيمة لوزارة الصحة العامة، ولو لا سعي مشكور وإرادة خيرة صدرا عن منظمة الصحة العالمية ومنظمة اليونيسف والصليب الأحمر اللبناني وبرامج الأغذية العالمي. ومما نلفت النظر إليه أنه يُوزع مجاناً على كل راغب في اقتناه لأن الغاية الكامنة وراءه هي تقديم المعونة الصحية للمواطن دون تحميله أي عبء من الأعباء.

**وزير التربية والتعليم العالي**

**طارق المجدوب**



ثانياً

## ويهدف هذا الدليل إلى:

- تحديد آلية العودة الآمنة للمتعلّمين وجميع العاملين إلى المؤسسات التعليمية.
- تحديد الإجراءات التنفيذية والإدارية المرتبطة بالمهام والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحّية وآمنة.

وتجدر الاشارة إلى أن هذا الدليل موجه إلى جميع المؤسسات التعليمية ولكن بعض الإجراءات المحددة تندرج ضمن البرنامج الوطني للصحة المدرسية الذي ينفذه المرشدون الصحيون الموجودون في كل المدارس والثانويات الرسمية في لبنان بمواكبة وحدة التربية الصحية البيئية في جهاز الارشاد والتوجيه.

وفي ضوء استمرار انتشار فيروس السارس - كوف-2 في لبنان، ومع احتمال حصول موجة ثانية بعد فك الحجر وتحفييف إجراءات التعبئة العامة، تسعى وزارة التربية والتعليم العالي إلى وضع خطة للعودة الآمنة إلى مقاعد الدراسة لضمان حق المتعلّمين في التعلم.

إن تنفيذ إجراءات العودة الآمنة تتطلّب تضافر جهود الجميع بدءاً من الوزارات المعنية وممدوّناً بالهيئتين التعليمية والمتعلّمين/الطلاب والأهل، وتعتمد على حماية المتعلّم/أفراد الهيئتين التعليمية والإدارية وجميع العاملين، من لحظة انتلاقهم من منازلهم، خلال الدوام اليومي في المؤسسة التعليمية ولحين العودة إليها. إن الخطة المقترنة مبنية على ركائز صحّية أساسية يجب اعتمادها في أي سيناريو تعليمي يتم اختياره، على أن تترك الحرية لمديري المؤسسات التعليمية باختيار الآلية الأنسب لتنفيذ هذه الخطة بما يتماشى مع خصوصيتها وخصوصية البناء المدرسي ووضع المتعلّمين، والنصوص التنظيمية المعمول بها. وتُطبّق هذه الإجراءات على المراحل/الحلقات التعليمية كافة في المؤسسات التعليمية الرسمية والخاصة وتتضمن:



الإجراءات الوقائية في المنزل  
والتنسيق المستمر بين الأهل  
وإدارة المؤسسة التعليمية خلال  
المرحلة التحضيرية وخلال العام  
الدراسي:

- دور الأهل في تعزيز السلوكيات الصحّية عند الأطفال.
- دور الأهل في تنفيذ إجراءات الوقاية والتعقيم.

الإجراءات الوقائية في وسائل  
النقل المدرسي والعامة خلال  
المرحلة التحضيرية وخلال العام  
الدراسي.



الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة  
التعليمية خلال المرحلة التحضيرية  
وخلال العام الدراسي:

- مدخل المؤسسة التعليمية
- القاعات الدراسية، المكتبة،  
المختبرات، الممرات، الملاعب
- غرفة الصحة المدرسية
- الحانوت/ الكافيتيريا
- المرافق



## القسم الأول: معلومات عامة عن مرض كوفيد-١٩

### ١ - ما هو مرض كوفيد-١٩؟



- إنّ مرض كوفيد-١٩ هو مرض مُعد يُسبّبه فيروس السارس - كوف-٢ (SARS-CoV-2) ويمكن انتقاله من شخص إلى آخر.

- إن فيروس السارس - كوف-٢ لا يزال مجھول المصدر ولكنه ظهر للمرة الأولى في مدينة «ووهان» الصينية في كانون الأول، ٢٠١٩.

- الاسم الرسمي لمرض كوفيد-١٩ (COVID-19) يشير إلى: «CO» لكورونا، «VI» لفيروس، «D» يرمز إلى كلمة مرض (Disease)، «19» وهي السنة التي ظهر فيها للمرة الأولى.



## القسم الأول: معلومات عامة عن مرض كوفيد-19

### ٢ - ما هي عوارض مرض كوفيد-19؟

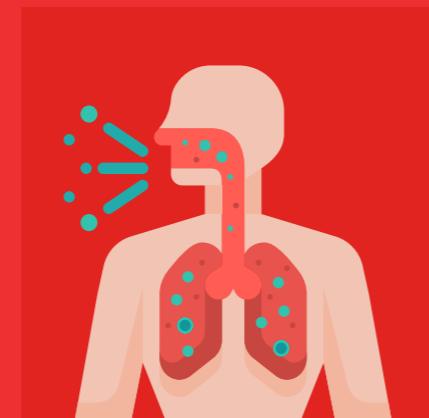
- في بعض الحالات الحادة أو المتقدمة، قد تُسبّب العدوى التهاباً رئوياً، أو مرض الالتهاب الرئوي الحاد وحتى الوفاة.



- تمتد فترة الحضانة من يومين إلى ١٤ يوماً، وهي الفترة الزمنية بدءاً من دخول الفيروس إلى جسم الإنسان وحتى ظهور العوارض.



- على كل فرد، أيها كان عمره، وفي حال ظهور عوارض الحمى /أو السعال متزامناً مع صعوبة في التنفس أو قصر النفس، وألم في الصدر أو ضغط في الصدر، أو فقدان المقدرة على الكلام أو الحركة، المبادرة بشكل فوري إلى طلب الاستشارة الطبية وذلك عبر [الاتصال بوزارة الصحة العامة على الرقم الساخن ٥٩٤٤٥٩٠١](#) واتباع كل الإرشادات الصادرة عنها.



- تشمل العوارض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد-١٩ الحمى والإرهاق والسعال الجاف والضيق أو الصعوبة في التنفس.



- قد تظهر العوارض وتتراوح بين خفيفة أو حادة وقد لا تظهر على الإطلاق.



- وقد يعاني بعض المرضى من الآلام والأوجاع، أو احتقان الأنف، أو الرشح، أو ألم الحلق، أو الإسهال أو فقدان حاسة الذوق أو الشم، أو ظهور طفح جلدي أو تغيير في لون أصابع اليدين أو القدمين. وعادةً ما تكون هذه العوارض خفيفة وتزداد تدريجياً.



1

0

## القسم الأول: معلومات عامة عن عرض كوفيد-19



### ٤ - الفئات الأكثر عرضة للمضاعفات

يتعرّض الناس كافة لخطر الإصابة بمرض كوفيد-19 عبر العدوى بغض النظر عن العمر، والجنسية، والجنس، والعرق، والإثنيات المختلفة، أمّا الناس الأكثر عرضة لتفاقم العوارض فهم:



- من يبلغ ٦٠ عاماً وما فوق
- المصابون بالأمراض المزمنة ونقص المناعة:
  - أمراض الرئة المزمنة أو الربو المعتدل إلى الشديد.
  - أمراض القلب والضغط.
  - السكري.
  - السرطان.
  - البدانة المفرطة.
  - الفشل الكلوي أو أمراض الكبد.
- ضعف في جهاز المناعة بسبب علاج السرطان، التدخين، زرع نخاع العظام أو زرع الأعضاء، أو فيروس نقص المناعة البشرية (إي艾滋) للذين لا يتلقون العلاج المناسب، والاستخدام المطول للكورتيكosteroidات أو غيرها من الأدوية التي تُضعف المناعة.



### ٣ - طريقة انتقال العدوى

ينتشر كوفيد-19 من شخص إلى آخر من خلال القُطيرات الصغيرة (الرذاذ) التي تتناثر من أنف أو فم الشخص المصاب بمرض كوفيد-19 عندما يسعل أو يعطس أو يتكلم. ويمكن أن يلقط الشخص عدوى كوفيد-19 بطريقتين:

- بشكل فُباشر عن طريق استنشاق القُطيرات الصغيرة (الرذاذ) التي تتناثر من أنف أو فم الشخص المصاب بمرض كوفيد-19 عندما يسعل أو يعطس أو يتكلم.

- بشكل غير فُباشر، عندما تساقط هذه القُطيرات على الأشياء والأسطح المحيطة بالشخص المريض خلال عملية السعال أو العطس. قد يتعرّض حينها الأشخاص الآخرون للعدوى عند لمسهم هذه الأشياء أو الأسطح الملوثة ثم لمس عيونهم أو أنفههم أو فمه.



ملاحظة:

- إن هذه القُطيرات ثقيلة الوزن نسبياً ولا تنتقل عبر مسافة طويلة وسرعان ما تسقط على الأرض أو الأسطح.
- يمكن أن ينتقل المرض إلى الآخرين من شخص يعاني من عوارض خفيفة جداً ولا يشعر بالمرض، كما يمكن أن ينتقل من الأشخاص الذين لا تظهر عليهم أي من العوارض.



## القسم الأول: معلومات عامة عن مرض كوفيد-19

### ٦ - كيف أحمي نفسي والأخرين من العدوى؟



- تجنب لمس العيون، الأنف، والفم قبل غسل اليدين جيداً.



- الحرص على غسل اليدين بانتظام:

- من خلال فركهما بالصابون والمياه الجاري لمدة ٢٠ - ٣٠ ثانية على الأقل.
- في حال عدم توفر المياه والصابون، وإذا لم تكون الأيدي متسخة بشكل واضح، يجب تنظيف اليدين بفركهما بمعقم كحولي (تبلغ نسبة الكحول فيه ٦٠٪ على الأقل) لمدة تتراوح بين ٢٠ و٣٠ ثانية.

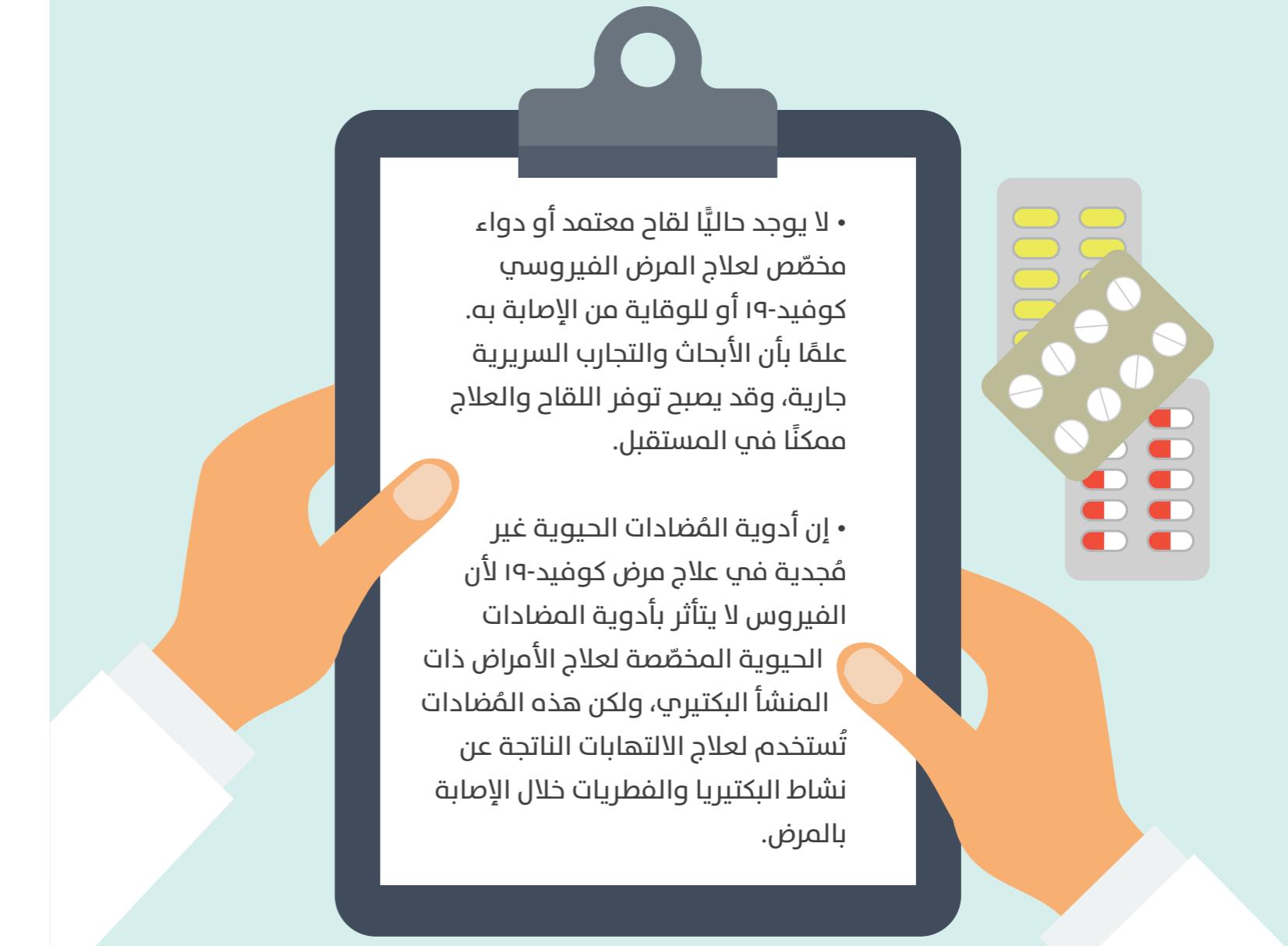


### ٥ - توافر العلاج واللقاح

- يتعافى معظم الناس (نحو ٨٠٪) من المرض دون الحاجة إلى علاج خاص أو خدمات استشفائية.

- تشتّد العوارض لدى شخص واحد تقريباً من بين كل ٥ أشخاص مصابين بمرض كوفيد-19 فيعاني من صعوبة في التنفس، ويحتاج إلى دخول المستشفى.

- يحتاج الأشخاص الذين يُظهرون مضاعفات شديدة إلى العناية لمعالجة العوارض، غير أن غالبية المرضى يشفون عندما يحصلون على الدعم والرعاية الازمة.



• لا يوجد حالياً لقاح معتمد أو دواء مخصص لعلاج المرض الفيروسي كوفيد-19 أو للوقاية من الإصابة به. علماً بأن الأبحاث والتجارب السريرية جارية، وقد يصبح توفر اللقاح والعلاج ممكناً في المستقبل.

• إن أدوية المضادات الحيوية غير فعالة في علاج مرض كوفيد-19 لأن الفيروس لا يتأثر بأدوية المضادات الحيوية المخصصة لعلاج الأمراض ذات المنشأ البكتيري، ولكن هذه المضادات تُستخدم لعلاج الالتهابات الناتجة عن نشاط البكتيريا والفطريات خلال الإصابة بالمرض.



## القسم الأول: معلومات عامة عن مرض كوفيد-19

- عدم مشاركة الأغراض الشخصية وأدوات المطبخ/الطعام بمختلف أنواعها مع الآخرين ( قناني المياه، الأكواب، أدوات تناول الطعام، المناشف، وغيرها من الأدوات).



- وضع الكمامة بشكل سليم للتقليل من نسبة التعرض للعدوى بالفيروس عند الخروج من المنزل.



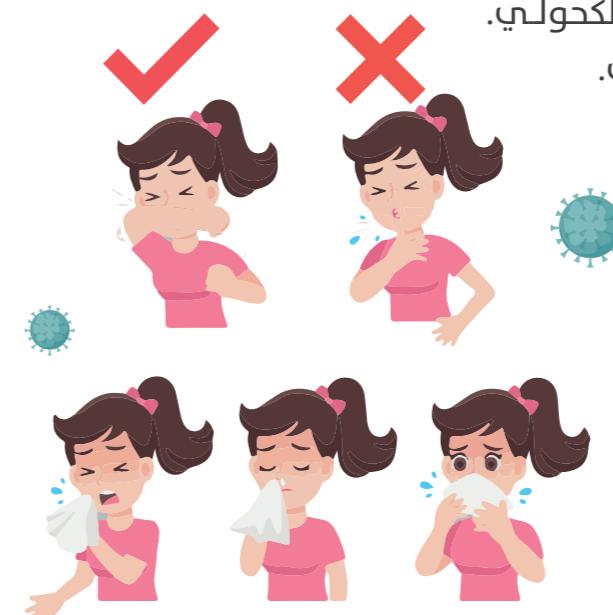
- البقاء في المنزل عند ظهور عوارض طفيفة كالسعال الخفيف وألم الرأس والحمى الخفيفة، والتقييد بالعزل الذاتي لحين زوال هذه العوارض نهائياً.



- عند الاحساس بحمى و/أو سعال يترافق مع صعوبة في التنفس أو ضيق في النفس، ألم أو ضغط في الصدر أو فقدان القدرة على التكلم أو الحركة، يجب:

- البقاء في المنزل وعدم الذهاب إلى المؤسسة التعليمية.
- التواصل فوراً مع طبابة القضاء بالإضافة إلى الاتصال بوزارة الصحة العامة على الخط الساخن ٠١٥٩٤٤٥٩ واتباع التوجيهات الصادرة عنها.

- ممارسة آداب العطس والسعال والتي تتضمن:  
• تغطية الفم والأنف عند العطس أو السعال بمنديل ورقي والتخلص فوراً منه في سلة نفايات مغلقة، أو استخدام ثانية كوع الساعد، ومن ثم غسل اليدين بالماء والصابون أو فركهما باستخدام السائل الكحولي.  
• تجنب البصق على الأرض أو الأسطح الأخرى.



- اعتماد التباعد الاجتماعي الآمن:  
• الحفاظ على مسافة آمنة بين الأشخاص ما بين متر ونصف ومترين.  
• تجنب الأماكن المكتظة.  
• تجنب اللقاءات الاجتماعية.



- تجنب المصافحة باليد أو العناق أو التقبيل كوسيلة للاقاء التحيية، والاكتفاء بإلقاء التحية عن بعد من خلال توجيهها إلى الآخرين عبر انحناء الرأس أو تلويع اليد من بعيد أو رفع اليد ووضعها على الصدر.





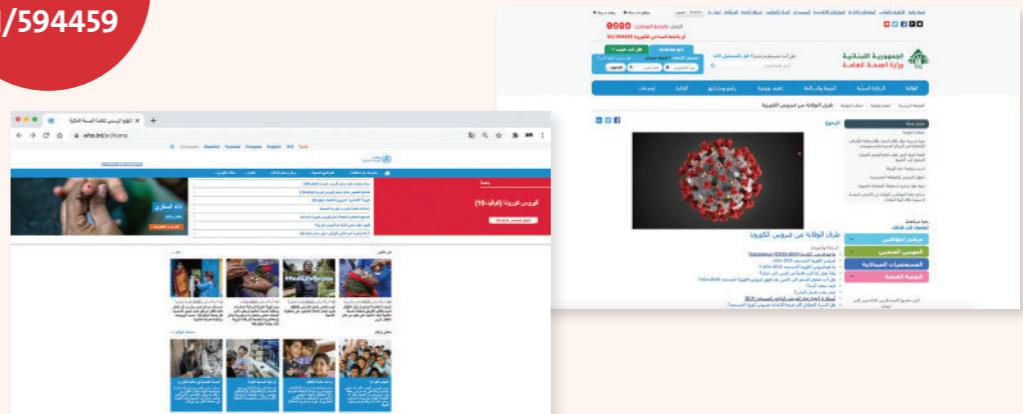
## القسم الأول: معلومات عامة عن عرض كوفيد-١٩

• إعلام الطبيب أو مقدم الرعاية الصحية إذا سبق وتم الادتكاك بطريقة غير محمية مع شخص يُحتمل أنه مصاب بكوفيد-١٩ أو مُصاب بشكل مؤكّد.

• ارتداء الكمامات الطبية أو المصنوعة من القماش لتجنب خطر نقل الفيروس إلى الآخرين، والحفاظ على مسافة اجتماعية آمنة، ومارسة آداب العطس والسعال ونظافة اليدين بالشكل الصحيح المتبّع.

• الإطلاع على المعلومات المحدثة حول كوفيد-١٩ من المصادر الموثوقة كوزارة الصحة العامة ([www.moph.gov.lb](http://www.moph.gov.lb)) ، ومنظمة الصحة العالمية واليونيسف ومنظمة المفاهيم المغلوطة في وزارة الإعلام اللبناني (<https://corona.ministryinfo.gov.lb/info/corona-fact-check>).

الخط الساخن  
لوزارة الصحة العامة  
01/594459



### توجيهات خاصة بسلامة الأطفال:

• يجب منع الأطفال من شرب السائل الكحولي المستخدم في تنظيف اليدين تحت أي ظرف من الظروف، لأنه مادة سامة.

• يجب حفظ جميع المنظفات والمعقمات بعيداً عن متناول الأطفال.

• يجب تدريب الأطفال على كيفية استخدام معقم اليدين الكحولي ومراقبتهم ومتابعتهم أثناء استخدامه.

• يجب تدريب الأطفال على كيفية تطبيق الإرشادات الوقائية.

### ملاحظة:

للمزيد من التفاصيل حول طرق الوقاية من العدوى، الإطلاع على الدليل الصحي للمؤسسات التعليمية حول الإجراءات الوقائية لمنع إنتقال وإنشار فيروس السارس - كوف-٢ (SARS-CoV-2) المسبب لعدوى كوفيد-١٩.

الجزء الثاني: معلومات ثقافية ووعوية حول الوقاية الشخصية والمجتمعية.





## القسم الثاني: السيناريوهات المحتملة في إطار إعادة فتح المؤسسات التعليمية للعام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٠ خلال جائحة كوفيد-١٩

بالتوازي مع جدولة توافد/مغادرة المتعلمين بحسب الحلقات التعليمية لمنع الاكتظاظ والتجمعات على مداخل المؤسسة وفي ممراتها، يُصار إلى تجديد دوام جزئي لكل حلقة تعليمية بحيث يتعلم حضورياً نصف عدد إجمالي المتعلمين في المؤسسة (أو أي نسبة تحددها المراجع المختصة) وفق الخيارات المحتملة أدناه:

**الخيار ١:** مداورة الحضور بشكل يضمن التعلم حضورياً لكل مجموعة من المتعلمين لمدة أسبوع متواصل، على أن تبدأ المجموعة الأولى بالتعلم حضورياً في الأسبوع الأول، ومن ثم تبدأ المجموعة الثانية بالتعلم حضورياً في الأسبوع الذي يليه، وتستكمل كل مجموعة من المتعلمين أثناء تواجد أفرادها في المنزل التعلم عن بعد لمدة أسبوع. (بناءً على توصيات وزارة الصحة العامة، هذا الخيار يسهل عمل فريق الترصد الوصائي في تحديد المخالطين والفحوص وأالية الحجر في حال تم تشخيص أية حالة إيجابية).

**الخيار ٢:** دوام حضوري في عدد معين من الأيام على سبيل المثال:  
• ثلاثة أيام متتالية من الأسبوع للنصف الأول من المتعلمين، ويحضر النصف الآخر إلى المؤسسة التعليمية في اليومين اللاحقين ثم تقلب الأدوار في الأسبوع التالي.  
• دوام متقطع لثلاثة أيام (مثلاً: الاثنين والأربعاء والجمعة أو السبت) بحسب أيام التعطيل) لمجموعة أولى والثلاثاء والخميس لمجموعة ثانية).  
• من الممكن جعل الدوام الحضوري يومين ونصف لمجموعة الأولى ويومين ونصف لمجموعة الثانية، أو يومين حضوري لكل مجموعة وثلاثة أيام عن بعد.

**الخيار ٣:** تقسيم الدوام في اليوم ذاته بحسب الحلقات أو المجموعات على قاعدة دوامين/قبل الظهر وبعد الظهر، ويُطبق ذلك فقط في المدارس والثانويات التي ليس لديها دوام بعد الظهر للمتعلمين غير اللبنانيين أو تقسيم الدوام لمدة ٣ ساعات يومياً للمجموعة الأولى و٣ ساعات للمجموعة الأخرى.

في ظل تفشي جائحة كوفيد-١٩، تتعدد السيناريوهات المحتملة لضمان العودة الآمنة للمتعلمين وللهيئتين التعليمية والإدارية وجميع العاملين إلى المؤسسات التعليمية، ولكن هناك ثوابت يجب عدم تحطيمها، وأهمها التباعد الاجتماعي والنظافة الشخصية والسلوكيات الصحية والصحيحة الواجب تطبيقها في جميع السيناريوهات المحتملة والتي سيتم تفصيلها في سياق هذا الدليل.

ستصدر عن وزارة التربية والتعليم العالي تعاميم وقرارات تحدد السيناريوهات المعتمدة لكل مرحلة تعليمية ولكن سنعرض الآن بعض الأفكار العامة.

**السيناريوهات المحتملة الثلاثة هي:** التعليم الكلي حضورياً، التعليم المدمج أو التعليم الكلي عن بعد. وقد يضاف سيناريو يقضي بأن تبدأ العام الدراسي عن بعد ومن ثم نلجم إلى التعليم المدمج عندما تسمح الأوضاع الصحية بذلك.

### السيناريو الأول: التعليم الكلي حضورياً

إعادة فتح أبواب المؤسسات التعليمية واعتماد التعلم الحضوري مع تعزيز البروتوكولات الصحية والإجراءات الوقائية الضرورية.

### السيناريو الثاني: التعليم المدمج

تطبيق نماذج التعلم المدمج Blended learning أي مزيج من التعلم الحضوري والتعلم عن بعد. يقوم هذا السيناريو على مبدأ عودة المتعلمين حضورياً بدوام جزئي إلى مقاعد الدراسة، على أن يُستكمel، بالتوازي، التعلم عن بعد لضمان تعليم كل الكفايات الازمة. هذا السيناريو يضمن تطبيق التباعد الاجتماعي في المؤسسات التعليمية وبالتالي التخفيف من وطأة الاكتظاظ والاحتكاك بين المتعلمين، عن طريق تقليص القدرة الاستيعابية لعدد المتعلمين في المؤسسة التعليمية إلى النصف (أو أي نسبة تحددها المراجع المختصة).

يتّبع آلية جدولة التوافد/المغادرة بحسب الحلقات التعليمية والصفوف والتي ستصدر آليتها عن المراجع المختصة في وزارة التربية والتعليم العالي.



## القسم الثاني: السيناريوهات المحتملة في إطار إعادة فتح المؤسسات التعليمية للعام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٠ خلال جائحة كوفيد-١٩

**الخيار ٤:** وقد يعتمد في بعض الجامعات ومؤسسات التعليم العالي تقسيم المتعلمين لمجموعتين، الأولى تحضر الشهر الأول (أو الفصل الأول) في حين يكون التعلم للمجموعة الثانية عن بعد. في الشهر الثاني (أو الفصل الثاني) تحضر المجموعة الثانية في حين يكون التعلم للمجموعة الأولى عن بعد.

يجب تقسيم أعداد المتعلمين في الشعبة الواحدة إلى مجموعتين على الأقل بحسب القدرة الاستيعابية لكل صف بحيث يتم احترام مسافة المتر والنصف بين متعلم وآخر. يحضر جميع المتعلمين في هذه الشعبة إلى المؤسسة التعليمية في الأيام المقررة والمحددة للحلقة المعنية، ولكن كل مجموعة في صف على حدة، أو تقسم الشعبة إلى مجموعتين تحضر كل مجموعة حضورياً بينما المجموعة الأخرى تتبع عن بعد. يوصى بوضع طاولات دراسية ملتصقة بالحائطين على جوانب الصف والهائط الخلفي بهدف الاستفادة أكثر من مساحة الصف المتوفرة، على أن يتم الأخذ بعين الاعتبار المساحة بين طاولات الدراسة في الصف الأمامي واللوح، بهدف ضمان التباعد الاجتماعي.

**السيناريو الثالث: التعلم الكلي عن بعد.**





## القسم الثاني: السيناريوهات المحتملة في إطار إعادة فتح المؤسسات التعليمية للعام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٠ خلال جائحة كوفيد-١٩

### سيناريوهات محتملة في إطار إعادة فتح المؤسسات التعليمية

**التعلم الكلي حضورياً**  
مع التشدد على احترام المعايير  
الوقائية والاستعداد مع المستجدات  
الطارئة واعتماد التعلم عن بعد إذا  
لزم الأمر.



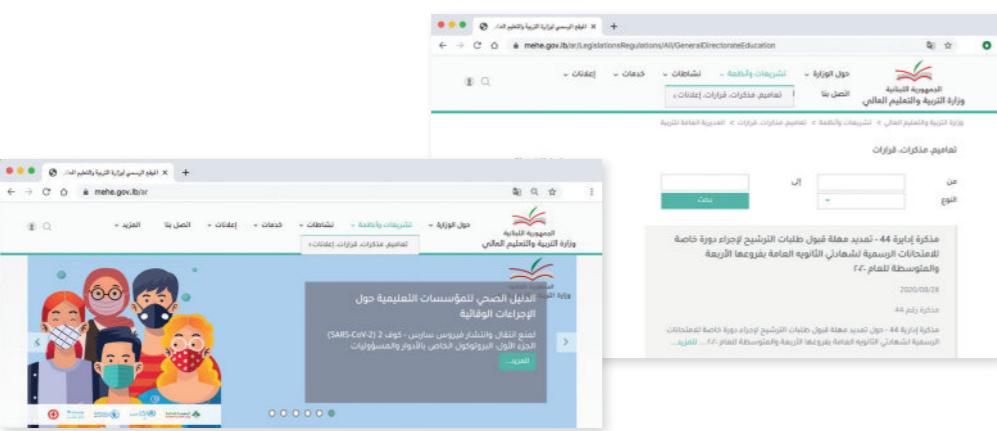
التعلم المدمج



التعلم الكلي عن بعد.



<sup>١</sup> الإطلاع على كافة التعاميم الواردة في الملحق.





## القسم الثالث: الإجراءات الوقائية لضمان بيئة تعليمية سليمة في ظل جائحة كوفيد-١٩

- احترام التباعد الاجتماعي داخل المؤسسة التعليمية وفي غرفة استراحة الأستاذة والحد من المكوث فيها بقدر الامكان.
- إلغاء كل الأنشطة التي تتطلب التجمع والانتظار لا سيما الأنشطة الرياضية والبدنية.
- العمل على تجنب الوصمة الاجتماعية لاسيما الوصمة الناتجة عن إصابة بفيروس السارس-كوف-٢ وحتى المتعلمين على ذلك، إذ أننا جميعاً نعرضون للإصابة بأية أمراض معدية ومنها عدوى كوفيد-١٩، فيقع على عاتقنا جميعاً إظهار اللطف والتعاطف والدعم مع الأفراد المصابين، ومشاركة الحقائق والمعلومات من مصادر موثوقة.
- اعتماد السلوكيات الصحية السليمة والوقائية المذكورة أعلاه وتحت المتعلمين على التقيد بها.
- التزام المنزل عند ظهور أية عوارض مرضية شبيهة بعوارض عدوى كوفيد-١٩ مثل السعال، أو الحمى، أو الصداع، أو وجع في الحلق والتماس الرعاية الصحية المبكرة.



- البقاء في المنزل في حال التحالط/احتراك بأية حالة مصابة بعديوى كوفيد-١٩ أو مشتبه بإصابتها وذلك لمدة ٤٠ يوماً من تاريخ آخر احتراك، مع اعتماد إجراءات العزل المنزلي الصادرة عن وزارة الصحة العاشرة، وإبلاغها فوراً [على الخط الساخن ٥١/٥٩٤٤٥٩](#) **وزارة التربية والتعليم العالي عبر الإتصال بإدارة المؤسسة التعليمية التي بدورها تعلم وزارة التربية عبر الاتصال على الخط الساخن لوحدة التربية الصحية البيئية في جهاز الارشاد والتوجيه ٠١/٧٧٢١٨٦**. يمكن للمتعلم أو العامل، والذي لا تظهر عليه أية عوارض، أن يعود إلى المؤسسة التعليمية بعد مرور ٤٠ يوماً بعد آخر احتراك مع الشخص المصاب بعديوى كوفيد-١٩. وفي حال كان المتعلم/العامل يعيش في المكان نفسه مع الشخص المصاب، يمكنه العودة إلى المؤسسة بعد مرور ٤٠ يوماً من تاريخ الشفاء التام للشخص المصاب والذي توقف عن إظهار أي عارض، على أن يتم الإستحصل على تقرير طبي من الجهات المعنية يثبت ذلك.

- الالتزام بدوام العمل وبجميع القرارات والتعاميم الصادرة عن وزارة التربية والتعليم العالي والتي تم إبلاغها بها.

- تسهيل مهمة المكلف بأخذ الحرارة صباحاً عند دخول المؤسسة التعليمية لجميع الموظفين (مدير المؤسسة والهيئتين الإدارية والعلمية، العاملين والمستخدمين، المرشد الصحي البيئي/المستوى الصحي)، حيث يتم اعفاء من يظهر لديه ارتفاع في الحرارة فوق ٣٧,٥ درجة و/أو ظهور أي من العوارض المرضية (سعال وعطس، ضيق أو صعوبة في التنفس، الخ) من الدخول إلى المؤسسة حتى شفائه التام.

- إلزامية الحضور لجميع أفراد الهيئتين الإدارية والعلمية والعاملين بحسب برنامج عملهم إلى المؤسسة التعليمية فور فتح أبوابها صباحاً وقبل وصول المتعلمين للتحضير لاستقبالهم وفق الآلية المقررة لضمان عودة آمنة للمتعلمين.



## القسم الثالث: الإجراءات الوقائية لضمان بيئة تعليمية سليمة في ظل جائحة كوفيد-١٩

وإجراء الفحوص آلية **الحجر** ولتأمين الخروج الآمن للجميع من المؤسسة. كما تقوم إدارة المؤسسة بالاتصال بأهل جميع المتعلمين أو بإرسال رسالة خطية للطلب منهم مراقبة أولادهم لمدة ١٤ يوماً للتأكد من عدم ظهور أي من العوارض وذكر منها: الحمى، السعال، ضيق النفس وصعوبات في التنفس، الخ.

٢- تُقفل المؤسسة التعليمية بناءً على قرار وزير التربية والتعليم العالي أو رئيس الجامعة اللبنانية (بما يخص الجامعة اللبنانية) أو رؤساء الجامعات الخاصة ليتم تنظيفها وتعقيمها وفق المعايير المعتمدة.

٣- يطلب من جميع المدرسين والأساتذة مراقبة المتعلمين في صفوفهم عند استئناف الدروس للتأكد من عدم ظهور أي من العوارض المذكورة أعلاه.



01/772186



01/594459

### ٢- الإجراءات الوقائية في حال ظهور أية عوارض مرضية على أحد المتعلمين أو العاملين خلال الدوام في المؤسسة التعليمية

في حال ظهور أية عوارض تشبه عوارض عدوى كوفيد-١٩ أو ارتفاع في درجة الحرارة لأي من الموظفين أو المتعلمين ينبغي أن يتم الآتي:

- عزل الشخص المعني في غرفة الصحة وتزويده بكمامة طبية.
- إبلاغ إدارة المؤسسة فوراً.
- التواصل مع أولياء أمر المتعلمين.
- التواصل مع وزارة الصحة العامة على الخط الساخن 01/594459 ووزارة التربية والتعليم العالي على الخط الساخن لوحدة التربية الصحية البيئية في جهاز الإرشاد والتوجيه 01/772186.
- التقىد بالتوجيهات الصادرة عن وزارة الصحة العامة.

### ٣- الإجراءات الوقائية في حال تأكيد حالة إصابة بفيروس السارس - كوف - ٢- ضمن نطاق المؤسسة التعليمية

الاتصال فوراً بوزارة التربية والتعليم العالي على **الخط الساخن لوحدة التربية الصحية البيئية في جهاز الارشاد والتوجيه 01/772186** والاتصال بالمشير الصحي البيئي (في المدارس والثانويات الرسمية).

الاتصال فوراً بوزارة الصحة العامة على **الخط الساخن 01/594459** وبمركز طبابة القضاء الذي تقع المؤسسة التربوية ضمن نطاقه الجغرافي.

التقىد بالتوجيهات الصادرة عن الوزارتين لضمان سلامة المجتمع في المؤسسة التعليمية وفق التالي:

١- عند تأكيد حالة إصابة بعدوى كوفيد-١٩ بين المتعلمين أو العاملين، يقوم طاقم الترصد الوبائي التابع لوزارة الصحة العامة بإجراء اللازم لناحية تحديد المخالطين

**ملاحظة:**  
لا يعود المتعلم/الموظف الذي تم تأكيد إصابته بعدوى كوفيد-١٩ إلا عند الشفاء التام مع إلزامية الاستدلال على تقرير طبي يفيد ذلك.



## القسم الثالث: الإجراءات الوقائية لضمان بيئة تعليمية سليمة في ظل جائحة كوفيد-١٩

ُطبق الإجراءات الوقائية المذكورة أدناه في السيناريو رقم ١ ورقم ٢.

### ٤- الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال المرحلة التحضيرية

نهايته، مع احترام المسافة الآمنة ومنع الاتكاظ. ويوصى بتجنب قدوم أي فرد من عائلة المتعلم يبلغ من العمر ستين عاماً وما فوق إلى المؤسسة التعليمية لاصطحابه لأنهم من الفئة الأكثر عرضة لمضاعفات المرض إذا كان ذلك ممكناً.

كما يمكن أن تحدد المؤسسة التعليمية (إن أمكن) آلية تضمنبقاء أولياء الأمور في السيارات عند وقت مغادرة المتعلمين وخروجهم إلى سيارات الأهل بطريقة آمنة عندما توفر كل شروط السلامة المرورية، على أن يتم الأخذ بعين الاعتبار الفئة العمرية للمتعلمين.

وترك الحرية لإدارة كل مؤسسة تعليمية في اختيار الآلية الأنسب لجدولة مواعيد التوافد/المغادرة والتي تتوافق مع خصوصية البناء وأعداد عناصرها البشرية ووفق حاجات المتعلمين آخذين بعين الاعتبار التوجيهات التي تصدر بهذا الخصوص عن المرجع المختص، ونورد أدناه بعض التوصيات حول جدولة المغادرة حيث تتم على دفعات وفق التالي:

**الدفعة الأولى:** مغادرة المتعلمين الذين يستقلون الباصات المخصصة لنقاهم، حيث يتم تكليف أشخاص من الهيئتين الإدارية أو التعليمية للمرور على مختلف الصفوف لاستدعاء المتعلمين المعينين ومرافقتهم حتى الملعب مع اعتماد المسافة الآمنة وتوجيههم كل نحو الباص المناسب، مع التشديد عليهم باحترام كل الإجراءات الوقائية. علماً بأن على أستاذ أو مدرس الحصة التعليمية الأخيرة أو من تكلفه المؤسسة التعليميةبقاء مع باقي المتعلمين في الصفة لحين مغادرتهم.

**الدفعة الثانية:** مغادرة المتعلمين الذين يعتمدون وسيلة أخرى (السير على الأقدام، النقل العام، الخ...) حيث يقوم أحد المكلفين بالمرور على مختلف الصفوف لاستدعاء المتعلمين المعينين ومرافقتهم حتى الملعب مع اعتماد المسافة الآمنة كما وتوجيههم الواحد تلو الآخر نحو المخرج.

**الدفعة الثالثة:** مغادرة باقي المتعلمين بحسب الجدول المحددة على أساس الحلقات ومع مراعاة مبدأ المداورة (خروج صفتلو الآخر)، حيث يقوم أستاذ أو مدرس الحصة الأخيرة بمرافقة المتعلمين إلى الملعب مع التأكد من اعتماد المسافة الآمنة بينهم.

- وجوب تحضير سجل عند إدارة المؤسسة التعليمية لتوثيق هوية ورقم تلفون وعنوان كل من يدخل إلى المؤسسة التعليمية بهدف التبليغ عن حالة إصابة بعدها بـ كوفيد-١٩ مؤكدة. هذه المعلومات ضرورية في حال اضطر فريق الترصد الوبائي في وزارة الصحة العامة إلى التحقق من هوية المخالطين لمريض مصاب بعدها بـ كوفيد-١٩. على أن تشترط إدارة المؤسسة على الوافدين الالتزام بالموعد المحدد مسبقاً والقدوم خارج أوقات إستراحة المتعلمين لضمان عدم الإحتكاك في ما بينهم.

#### أولاً: الإجراءات الإدارية خلال المرحلة التحضيرية

- تنفيذ جتمعات تحضيرية لجميع افراد الهيئتين الإدارية والتعليمية والمرشد الصحي/المؤسّل الصحي وعاملي النظافة قبل اسبوعين على الاقل من بدء العام الدراسي، لتحديد آلية العمل لتنفيذ الإجراءات الواردة أدناه:

• توزيع المهام والأدوار وبرنامج العمل لكل الموظفين داخل المؤسسة التعليمية.  
• الإلتزام بما يصدر عن المصادر المختصة بما يخص تعليق تنفيذ النشاطات الرياضية/ التربية البدنية.  
• في حال تقرر المرضي قدماً بمزاولة الانشطة البدنية/الرياضية في المؤسسة، بناءً على التوجيهات التي تصدر بهذا الخصوص عن المرجع المختص، فيكون ذلك مشروطاً باعتماد المعايير التالية:  
أن تنفذ في الملاعب الخارجية فقط دون سواها، واعتماد مسافة آمنة مترين ونصف بين ولد وآخر لأنه خلال النشاط الرياضي لن يتم وضع الكمامات للأولاد لأسباب صحية.

• جدولة توافد/مغادرة المتعلمين والموظفين.  
• التحضير الميداني.

- المشاركة في اللقاءات التي تستنفذها وزارة التربية والتعليم العالي مع الشركاء المعنيين.  
• وجوب تكليف عدد كافي من موظفي الهيئتين الإدارية والتعليمية لتنفيذ الإجراءات الوقائية المحددة في هذا الدليل وتنظيم آلية التوافد والخروج (عند مداخل المؤسسة، الممرات، الخ) بالتعاون مع المرشد الصحي البيئي/المؤسّل الصحي.

- تحديد خطة تنقل بين المبني المدرسي والخارج، وفق الآلية التالية:  
• التدرج في بدء اليوم الدراسي وإنهائه، بحيث يوصى بجدولة توافد/مغادرة المتعلمين بحسب الحلقات التعليمية للحد من الاكتظاظ ومنع الاتكاظ والتجمعات على مداخل المؤسسة، في الممرات/السلام وداخل الملاعب، مع احترام المسافة الآمنة (متر ونصف) بين شخص وآخر، وتوجيه المتعلمين للاتصال بصفوفهم فور الانتهاء من أخذ الحرارة وتعقيم اليدين، على أن يقوم النظار في كل من الطوابق بالتأكد من دخول المتعلمين مباشرةً إلى صفوفهم حيث يتظار لهم أستاذ/مدرس الحصة.

• اعتماد جميع مداخل المؤسسة التعليمية (في حال توفرت) لتوافد المتعلمين والعاملين في المؤسسة ودخولهم إليها، كما تعتمد جميع هذه المداخل لخروجهم في آخر الدوام.  
• تنظيم توافد أولياء أمر المتعلمين الصغار (متعلمي الصف الثامن من التعليم الأساسي وما دون) والمتعلمين ذوي الاحتياجات الخاصة عند مداخل المؤسسة إن كان في بداية اليوم الدراسي أو في



## القسم الثالث: الإجراءات الوقائية لضمان بيئة تعليمية سليمة في ظل جائحة كوفيد-١٩

### ٤- الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال المرحلة التحضيرية

#### ج - الممرات

- وضع علامات وإشارات على الأرض لتحديد المسار الواجب اتباعه للتنقل والمسافة الآمنة وتسهيل الامتثال لقواعد التباعد الاجتماعي (على مداخل المؤسسة التعليمية، المشارب، أمام الدائرة المدرسية، أمام المطعم المدرسي، الممرات ومدخل كل صف).
- تعليق/لصق منشورات وإرشادات ظاهرة وواضحة تشير إلى طرق الوقاية لمنع العدوى ومنها كيفية غسل وتعقيم اليدين، التباعد الاجتماعي، الخ.
- في حال وجود مخرجين (أو أكثر) للطابق الواحد، يمكن اعتمادهما للنزول إلى الملعب وبذل جهد التخفيف من التحالف بين المتعلمين.
- تثبيت قاعدة لكل عبوة معقم اليدين في جميع الممرات ووضع العبوات داخلها (يجب أن يحتوي المعقم الكحولي على نسبة كحول لا تقل عن ٧٠%).

#### د - القاعات الدراسية

- تثبيت قاعدة لكل عبوة معقم اليدين في جميع الصنوف ووضع العبوات داخلها (يجب أن يحتوي المعقم الكحولي على نسبة كحول لا تقل عن ٧٠%).
- إعادة توزيع الأثاث في الصنوف أو قاعات الامتحانات أو المختبرات (الطاولات، المقاعد الدراسية، الخ) بما يضمن التباعد الاجتماعي والمسافة الآمنة (أي مسافة متر ونصف بين متعلم وآخر).
- استخدام كل الأماكن المتوفرة في المؤسسة التعليمية للتعليم، مثل المسرح، المكتبة، غرفة المعلوماتية، لتسهيل تطبيق التباعد الاجتماعي.
- إعادة توزيع فرش المتعلمين في الغرف المخصصة لأوقات النوم بما يضمن التباعد الجسدي (متر ونصف على الأقل)، على أن يكون كل سرير/فرش خاص بمتعلم واحد وذلك في المؤسسات التعليمية التي تعتمد القيلولة لمتعلمي صفوف الروضات.
- استبعاد كل الألعاب (في صفوف الروضات) أو المستلزمات التي تم مشاركتها بين المتعلمين، والتأكد من عدم جلب أي لعب من المنزل تفادياً لمشاركتها مع رفاقهم.
- تأمين علبة خاصة بكل متعلم (المتعلم صفوف الروضات والحلقة الأولى من التعليم الأساسي) تحتوي على كل مستلزماته المدرسية (أقلام تلوين، مسطرة، ممحاة، الخ)، على أن يتم التأكيد على المتعلمين خلال العام الدراسي عدم تبادل الأغراض الشخصية والقرطاسية كالمحصلة والأقلام.

**التهيئة:** يمكن استخدام أجهزة التكييف بشرط أن تتم صيانتها وتنظيمها بانتظام. يوصى بضبط درجات الحرارة بين ٢٤ درجة مئوية و ٣٧ درجة مئوية للتبريد أثناء الطقس الحار، ورطوبة نسبية تتراوح بين ٥٠٪

### ٤- الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال المرحلة التحضيرية

#### أولاً: الإجراءات الإدارية خلال المرحلة التحضيرية

- تنفيذ اجتماعات بين إدارة المؤسسة التعليمية والجهات المحلية المعنية/البلدية، أصحاب الباصات، الخ بهدف:
  - تأمين وسائل نقل آمنة للمتعلمين.
  - إبلاغ البلدية المعنية بالإجراءات المرتبطة بجدولة مواعيد التوافد والمغادرة للمتعلمين في كل الدوامين قبل الظهر وبعد الظهر (إن وجد)، على أن تؤمن البلدية مواكبة من قبلها لتنظيم حركة الدخول والخروج إلى/من المؤسسة التعليمية لضمان التباعد الاجتماعي.

#### ثانياً: الاستعداد الميداني خلال الفترة التحضيرية

#### أ - مدخل المؤسسة التعليمية

- وضع إشارات على الأرض لتحديد نقاط الوقوف وتسهيل الامتثال لقواعد التباعد الاجتماعي.
- وضع ملصقات تذكر بالإجراءات الوقائية الواجب التقيد بها (الإزامية وضع الكمامات، التباعد الاجتماعي، كيفية تعقيم اليدين وأداب العطس والسعال).

#### ب - الملاعب

- وضع علامات وإشارات على الأرض في الملاعب الداخلية والخارجية لتحديد نقاط يقف عليها المتعلمون عند الضرورة لضمان المسافة الآمنة فيما بينهم (متر ونصف بين متعلم وآخر)، كما يتم تحديد مسار التنقل المعتمد.
- تحديد مكان مخصص لكل شعبة لاصطفاف المتعلمين ووضع إشارات على الأرض لتحديد نقاط وقوف المتعلمين لضمان المسافة الآمنة.

- منع استخدام الألعاب الخارجية في الملعب (إذا وجدت) ووضع إشارات توضيحية للإشارة إلى ذلك.

- وضع علامات على أرض الملعب الذي المخصص للتربيـة الـبدـنية/الـريـاضـية لـتحـديـد مـسـاحـة آـمـنـة خـاصـة بكل مـتعلـمـ، مع إـحـترـام مـتـرين وـنـصـف بيـنـ مـتعلـمـ وـآـخـرـ، لـتـفـيـذ نـشـاطـات التـرـبيـة الـبدـنيـة/الـريـاضـيـة، إذ يـوصـى بـالـإـسـتـعـاضـة عـن النـشـاطـات الـريـاضـيـة الجـمـاعـيـة بـنـشـاطـات فـرـديـة لـضـمان التـبـاعـد الـاجـتمـاعـيـ .



## القسم الثالث: الإجراءات الوقائية لضمان بيئة تعليمية سليمة في ظل جائحة كوفيد-١٩

### ٤- الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال المرحلة التحضيرية

بمراقبة المتعلّمين لاحثهم على اعتماد كل الإجراءات الوقائية طوال فترة وجودهم في الملعب/ الملاعب.

#### و - غرفة الصحة في المؤسسة التعليمية

- تأمين الكمامات الطبية ليتم استخدامها عند الحاجة.
- تأمين ميزان حرارة رقمي بالأشعة تحت الحمراء للجهاز.
- تنظيف وتحفيز غرفة الصحة في المؤسسة وتعقيمها.

#### ز - المكتبة في المؤسسة التعليمية

- تُقفل المكتبات في المؤسسات التعليمية ويمنع تبادل الكتب حتى إشعار آخر، وذلك دفأً على سلامة الجميع.  
في حال تقرر فتح المكتبات في المؤسسة بناء على التوجيهات التي تصدر بهاً هذا الخصوص عن المرجع المختص، فيكون ذلك مشروطاً باعتماد الآلية التالية:  
عند استرجاع أي كتاب من قبل المتعلّمين، يتم تحبيده عن الاستعمال لمدة تتراوح بين ٤ و ٥ أيام، ومن ثم يتم تعقيم غلاف الكتاب بمعقم كحولي وإعادة التداول به أو إعادته بعد تعقيمه، مع تذكير المتعلّمين بضرورة الامتناع عن لمس وجوههم خلال إستعمال الكتاب، ومنع مطالعة الكتب داخل المكتبة، على أن يُستثنى من ذلك المتعلّمون في الجامعات بشرط الالتزام بكل الإجراءات الوقائية المنوّه بها في هذا الدليل.

#### ح - المراحيف

- وضع إشارات على مداخل المراحيف وداخلها لضمان التباعد الاجتماعي (مثلاً: في حال تقارب المغاسل أو المبولات من بعضها، وضع إشارة على المغسلة أو المبولة لتحبيدها عن الاستعمال لضمان مسافة متر ونصف بين كل مغسلة وأخرى وبين كل مبولة وأخرى).  
- وضع إرشادات ورسومات توجيهية على الجدران وقرب المغاسل للاستعمال الآمن والسلامي للمرحاض.  
- وضع إرشادات توجيهية للمحافظة على النظافة.

#### ط - مصادر المياه

- تنظيف الخزانات وتعقيمتها قبل بداية العام الدراسي.  
- إجراء الفحص المخبري الأول للتأكد من سلامة المياه وخلوها من الملوثات / البيولوجية

### ٤- الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال المرحلة التحضيرية

و ٦٪. توصي منظمة الصحة العالمية بزيادة معدل التهوية من خلال وسائل التهوية الطبيعية أو الميكانيكية، وتُفضل الوسائل التي لا تعمل على إعادة تدوير الهواء. وفي حال إعادة تدوير الهواء، يجب تنظيف فلتر جهاز التكييف بانتظام.

كما يوصى بعدم تشغيل المراوح الكهربائية والاستعاقة عنها بالتهوية الطبيعية المستمرة من خلال فتح النوافذ والأبواب.

- يمكن للمؤسسات التعليمية التي لديها إمكانية المادية الازمة أن تجهز أطراف الطاولات الدراسية بعوازل من البلاستيك/ plexiglass بهدف ضمان مساحة آمنة وخاصة لكل متعلم، علماً بأن هذا الإجراء لا يلغي إلزامية وضع الكمامات لجميع المتعلّمين.

#### ه - الحانوت أو الكافيتيريا / أوقات الاستراحة

- الاستعاقة عن الاستراحة في الملعب باستراحة في الصالون تحت مراقبة أستاذ/ مدرب الحصة أو الناظر. في هذه الحال، يوصى بتناول وجبة صحية قبل المجيء إلى المؤسسة التعليمية وبجلب وجبة خفيفة إلى الصالون. وفي حال تم اعتماد هذا الخيار آخذين بعين الاعتبار التوجيهات التي تصدر بهاً هذا الخصوص عن المرجع المختص، يمكن أن يكون حانوت المؤسسة التعليمية /أو الكافيتيريا مغلقين، أو من الممكن «انتقال الحانوت إلى المتعلم» بحيث يتم مستثمر الحانوت بالصفوف بحسب أوقات تحدّد مسبقاً من قبل الإدارة لبيع المواد الأساسية على المتعلّمين. وفي هذه الحال، يبقى المتعلّمون في صفوفهم لقضاء وقت الاستراحة تحت مراقبة الأستاذ/أو الناظر، كلّ في مقعده.

- في حال تقرر فتح الحانوت أو الكافيتيريا بناء على التوجيهات التي تصدر بهاً هذا الخصوص عن المرجع المختص، يتم التدرج في أوقات أخذ الوجبات المدرسية في المطعم المدرسي أو في أوقات أخذ الاستراحة لضمان التباعد الاجتماعي. إذ تعود لإدارة المؤسسة التعليمية جدولة مواعيد خروج المتعلّمين إلى الملعب في وقت الاستراحة حسب الحلقات التعليمية، وبالتالي يُحدد وقت إستراحة لمتعلم في الصالون الواحد (بكامل شعبه أو لا حسب خصوصية كل مؤسسة) بهدف الحدّ من إختلاط المتعلّمي الصنوف المختلفة في ما بينهم، على أن يتم التأكد من اعتماد كل الإجراءات الوقائية المذكورة في الخانة أعلاه المحددة لـ«الملاعب».

- يُصار إلى فتح الحانوت في أوقات الاستراحة المختلفة والمحددة بحسب الحلقات التعليمية. يُمنع الاكتظاظ أمام الحانوت المدرسي من خلال وضع/لصق إشارات على الأرض لتحديد أماكن الانتظار أمامه عند شراء الوجبة الخفيفة لضمان المسافة الآمنة بين متعلم وآخر (على الأقل مسافة متر ونصف)، على أن يتم وضع الكمامات أو واقي الوجه/ Face shield، وتوكيل أحد أفراد الهيئة الإدارية والتعليمية



## القسم الثالث: الإجراءات الوقائية لضمان بيئة تعليمية سليمة في ظل جائحة كوفيد-١٩

### ٦ - الإجراءات الوقائية في المنزل والتنسيق والتعاون المستمر بين الأهل وإدارة المؤسسة التعليمية خلال المرحلة التحضيرية

- إرسال نشرة مفصلة للأهل من قبل إدارة المؤسسة، تتضمن النقاط الأساسية الواجب اتباعها من قبلهم للحد من انتشار ومنع انتقال عدوى كوفيد-١٩ والواردة في الفقرة المتعلقة بدور الأهل وأولياء الأمور في تنفيذ الإجراءات وتعزيز السلوكيات الصحية عند الأطفال، في فوء انتشار كوفيد-١٩.
- تشجيع الأهل على نقل أولادهم من وإلى المؤسسة لتخفيض الفحص على نظام النقل المدرسي.

### ٧ - الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال العام الدراسي

#### أ - مدخل المؤسسة التعليمية

- حضور المرشد الصحي البيئي/المشرف الصحي والمكلفين بمتابعة وتنفيذ الإجراءات الوقائية بأكراً عند مدخل المؤسسة فور فتح أبوابها وقبل وصول المتعلمين للتحضير لاستقبالهم، مع اعتماد كل وسائل الحماية الشخصية بهدف التأكد من الحالة الصحية للمتعلمين وجميع العاملين في المؤسسة.
- التأكد من أن المتعلم يضع كمامه وبطريقة صحيحة (الرجوع إلى الفقرة الأولى من القسم الخامس في هذا الدليل).
- أخذ درارة كل من يدخل إلى المؤسسة التعليمية باستخدام ميزان درارة رقمي بالأشعة تحت الحمراء للجبين وذلك مع احترام المسافة الآمنة بينه وبين المتعلم/العامل (مد الذراع أفقياً على ١٨٠ درجة) والتبيه لوجود أي من العوارض المرضية/درارة مرتفعة (٣٧ ونصف درجة مئوية وما فوق)، سعال وعطس، ضيق أو صعوبة في التنفس، الخ.
- رش المعقم الكحولي على يدي كل من يدخل المؤسسة والحرص على حسن فرك اليدين جيداً بعدها.

#### ب - الملاعب

- متابعة المتعلمين والتأكد من التزامهم بكل الإجراءات الوقائية والتقييد بمسار التنقل المحدد.
- التبيه لأي متعلم تظهر عليه عوارض مرضية.
- التأكد من عدم استخدام الألعاب الخارجية في الملاعب.

#### ٤- الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال المرحلة التحضيرية

والفيزيو-كيميائية.

- إجراء الصيانة الوقائية الازمة للمشارب ومدحطة تكرير المياه.
- ي - التنظيف والتعقيم والصيانة لكل مرفاق المؤسسة التعليمية
- القيام بجولة ميدانية على كل مرفاق المؤسسة التعليمية لرصد المشاكل/الأعطال وإجراء الصيانة الوقائية والتمهيدية الازمة.
- تنفيذ تنظيف وتعقيم شامل لكافة مرفاق المؤسسة التعليمية باتباع بروتوكول التنظيف اليومي والتعقيم الدوري (الصفحة رقم ٨٩).

#### ٥ - الإجراءات الوقائية في وسائل النقل المدرسية والعامة خلال المرحلة التحضيرية

- أ - في حال كانت باصات النقل تابعة أو خاضعة لإدارة المؤسسة التعليمية
- جدولة مواعيد الوصول والمغادرة للمتعلمين لمنع الانتظام والتجمعات، وتنظيم نزول/صعود المتعلمين من وإلى الباص، وحركة دخولهم إلى المبني المدرسي وخروجهم منه.
- إبلاغ أصحاب الباصات المدرسية بجدولة مواعيد وصول/مغادرة المتعلمين والإجراءات الوقائية التي سيتم اعتمادها في كل جولة نقل (تنظيف يومي وتعقيم قبل كل جولة).
- تكليف من يرأس مدير المؤسسة مناسباً لمراقبة المتعلمين في الذهاب والإياب من وإلى المؤسسة التعليمية.
- تكليف من يرأس مدير المؤسسة مناسباً لتأمين تنظيف وتعقيم باصات نقل المتعلمين التابعة للمؤسسة.
- تأمين تدريب المكلفين بمرافقه سائق الباص على كل الإجراءات الوقائية المعتمدة في كل جولة نقل.
- إبلاغ السائقين والمرافقين بالبقاء في المنزل في حال وجود أية عوارض مرضية، على أن يؤمن أصحاب الباصات والمؤسسة مرافقين وسائقين احتياطيين.

#### ب - في حال تنقل الطلاب في باصات خاصة

- التواصل مع أصحاب/شركات وسائل النقل الخاص أو البلدية أو إحدى الجمعيات المحلية الناشطة بهدف:
- اختيار الآلية الأنسب للمتابعة الصحية للمتعلمين قبل صعودهم إلى الباص.
- تأمين التنظيف اليومي والتعقيم الدوري قبل كل جولة.



## القسم الثالث: الإجراءات الوقائية لضمان بيئة تعليمية سليمة في ظل جائحة كوفيد-١٩

### ٧ - الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال العام الدراسي

#### هـ - الحانوت أو الكافيتيريا/أوقات الاستراحة

- في حال تم اتخاذ قرار فتح الحانوت او الكافيتيريا من قبل وزارة التربية والتعليم العالي، يجب تنفيذ التالي:
- اتباع كل الاجراءات الواردة في الفقرة الثالثة من القسم الخامس في هذا الدليل حول سلامة الغذاء.
  - مراقبة المتعلمين لثّهم على اعتماد كل الإجراءات الوقائية طوال فترة وجودهم في الملعب/الملاعب وأنباء انتظارهم أمام الحانوت أو الكافيتيريا.
  - التنبيه لأي متعلم تظهر عليه عوارض مرضية.

#### وـ - غرفة الصحة في المؤسسة التعليمية

- التنظيف اليومي لغرفة الصحة وتعقيمهها بعد كل استخدام.
- التنبيه لمخزون الكمائن الطبية وإبلاغ إدارة المؤسسة عند الحاجة لتأمين كمية كافية منها.
- تقييم المستلزمات والمعدات الطبية مع احترام بروتوكول التعقيم المحدد لكل واحدة منها منعاً لتلفها وصيانتها عند اللزوم.

#### زـ - المكتبة في المؤسسة التعليمية

- في حال تم اتخاذ قرار فتح المكتبة امام المتعلمين من قبل وزارة التربية والتعليم العالي، يجب اتباع التالي:
- الحرص على تنفيذ آلية إعارة/استرجاع الكتب المحددة في هذا الدليل في الفقرة - زـ - المخصصة للمكتبات في المرحلية التحضيرية (صفحة رقم ٣٨).

#### حـ - المراحيض

- مراقبة مداخل المراحيض لتنظيم دخول المتعلمين إليها باعتماد كل الإجراءات الوقائية الازمة واحترام المسافة الآمنة في ما بينهم، على أن يقوم عامل النظافة بالتنظيف والتعقيم المستمر بعد كل مستخدم باعتماد الآلية المذكورة في مهام التنظيف وفي الفقرة المخصصة لتنظيف وتعقيم الأسطح الأكثر لمساً.

- التنبيه لأي متعلم تظهر عليه عوارض مرضية.

- توفير المياه الآمنة، الصابون والمناديل الورقية.

### ٧ - الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال العام الدراسي

#### جـ - الممرات

- التنبيه لتنفيذ المعقم الكحولي من العبوات المخصصة في الممرات، وإبلاغ عامل النظافة أو المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي فوراً عند حصول أي نقص لإعادة التعبيئة.
- التنبيه لأي متعلم تظهر عليه عوارض مرضية.
- متابعة المتعلمين والتأكد من التزامهم بكل الاجراءات الوقائية والتقييد بمسار التنقل المحدد.

#### دـ - القاعات الدراسية

- تهوية الصف لمدة عشر دقائق على الأقل قبل توافد المتعلمين والحرص على التهوية الطبيعية الدورية للصفوف خلال اليوم الدراسي، لاسيما أثناء وقت الاستراحة. ويوصى بالتهوية المستمرة عندما تسمح الأحوال الجوية (الطقس) بذلك.
- الإبقاء على باب الصف مفتوحاً عند توافد المتعلمين إلى أن يكتمل العدد، وذلك لتفادي اللمس المتكرر لمقبض الباب والسماح بالتهوية المستمرة للصف.
- التأكد من توفر المعقم الكحولي (نسبة الكحول فيه لا تقل عن ٦٠٪) على مدخل الصف وبكمية كافية، وإبلاغ عامل النظافة أو المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي فوراً عند حصول أي نقص.
- التحقق يومياً من التوزيع السليم للمقاعد الدراسية مع مراعاة المسافة الآمنة.
- التنبيه لأي متعلم تظهر عليه عوارض مرضية.
- تنظيف وتعقيم المواد والمستلزمات التعليمية التي يتشاركها المتعلمون قبل كل حصه تعلمية، والطلب إليهم تعقيم أيديهم قبل وبعد استخدامها. تعمق من جديد في آخر الحصة الدراسية، وتحفظ في مكان نظيف ومغلق.

- التأكد من عدم جلب متعلمي صفوف الروضات أي العاب من المنزل تفادياً لمشاركة مع رفاقهم.
- إعادة توزيع فرش المتعلمين في الغرف المخصصة لأوقات النوم بما يضمن التباعد الجسدي (متر ونصف على الأقل)، على أن يكون كل سرير/فراش خاص بمتعلم واحد وذلك في المؤسسات التعليمية التي تعتمد القيلولة ل المتعلمي صفوف الروضة.
- تفريغ سلات المهممارات في جميع القاعات الدراسية والتخلص اليومي والآمن من النفايات الصلبة.
- التنظيف اليومي والتعقيم الدوري للأسطح الأكثر لمساً في القاعات الدراسية.



## القسم الثالث: الإجراءات الوقائية لضمان بيئة تعليمية سليمة في ظل جائحة كوفيد-١٩

### ٧ - الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال العام الدراسي

- التنظيف اليومي للملعب وفق الآتي:
- التقطاط او كنس الأوراق وبقایا الطعام ووضعها في المستوعب المخصص لكل منها يومياً بعد استراحة المتعلمين وفي نهاية الدوام.
- تفريغ المستوعبات يومياً وعند الازoom وتغيير الأكياس يومياً.

### ٨ - الإجراءات الوقائية في وسائل النقل المدرسية والعامة خلال العام الدراسي

- المراقبة الصحية للمتعلمين قبل دخولهم إلى الباص (أخذ الحرارة، التنبه لأي عوارض مرضية) وتعقيم اليدين.
- تنظيم توزيع المتعلمين على مقاعد الباص مع احترام المسافة الآمنة في ما بينهم اي جلوس كل متعلم الى جانب النافذة وعلى مقعد لوحده، وترك مقعد شاغر بين المتعلمين، ومنع التجوال في الباص.
- تنظيم نزول/صعود المتعلمين من وإلى الباص، وتنقلهم بين المبني المدرسي والخارج.
- تنظيف يومني وتعقيم قبل كل جولة.

### ٩ - الإجراءات الوقائية في المنزل والتنسيق والتعاون المستمر بين الأهل وإدارة المؤسسة التعليمية خلال العام الدراسي

- الالتزام بتنفيذ كل الإجراءات الوقائية والمحددة في النشرة المفصلة للأهل والواردة في الفقرة المتعلقة بدور الأهل وأولياء الأمور في تنفيذ الإجراءات وتعزيز السلوكيات الصحية عند الأطفال.



### ٧ - الإجراءات الوقائية داخل المؤسسة التعليمية خلال العام الدراسي

#### ط - مصادر المياه

- الكشف الدوري في بداية كل فصل دراسي على خزانات المياه والمشارب، والتعاون مع إدارة المؤسسة لتأمين الفحوصات المخبرية للتأكد من سلامة المياه وخلوها من الملوثات / البيولوجية والفيزيو-كيميائية، كذلك إبراز الشهادة المخبرية للمشرف الصحي البيئي (للمدارس والثانويات الرسمية).
- اجراء الصيانة الوقائية والتصحية اللازمة للمشارب ومحطة تكرير المياه.

#### ي - التنظيف والتعقيم والصيانة لكل مرافق المؤسسة التعليمية

- التنظيف اليومي والتعقيم الدوري لكل مرافق المؤسسة التعليمية باتباع بروتوكول التنظيف اليومي والتعقيم الدوري (صفحة رقم ٨٩).
- تنفيذ الصيانة التصريحية لكل المرافق لمعالجة المشاكل والأعطال حين تقع كما تنفيذ الصيانة الوقائية في موعدها.
- توافر نقاط محددة لتنظيف اليدين (ماء وصابون، ومعقم كحولي) في الأماكن الرئيسية في المؤسسة التعليمية.
- خاص بصفوف الropes: وضع جدول زمني لغسل المتعلمين لأيديهم بشكل متكرر ومنتظم خلال النهار الدراسي.

- التنظيف اليومي والتعقيم الدوري والمتكرر لجميع الصنوف والغرف والتي تتضمن:
  - أرضية الصف، الطاولات، المقاعد، مقابض الأبواب، النوافذ، مفاتيح الكهرباء، وكل ما تلمسه اليد.
  - إفراغ محتوى الطاولات يومياً بعد انصراف المتعلمين.
  - إفراغ سلال المهملات وتغيير الأكياس وقت الاستراحة وعند نهاية الدوام.

- التنظيف اليومي والتعقيم الدوري والمتكرر للممرات والسلام والشرفات والمصاعد يومياً وعند اللزوم وفق الآتي:
  - أرضية الممرات، السلام والمصاعد مرتّة في النهار.
  - أزرار مقابض المصاعد والدرازير التعقيم بشكل متكرر خلال النهار التعليمي.

- التنظيف اليومي والتعقيم الدوري للمراجيح بعد كل مستخدم وفق الآتي:
  - تنظيف وتعقيم مقعد المرحاض وغطائه ومقبض السيفون ومقفلة الباب وقفله وموزع ورق المراجيح.
  - تفريغ سلة المهملات مرتين في اليوم على الأقل بعد الاستراحة وعند نهاية الدوام.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

- التعاون والتنسيق مع المشرف الصحي البيئي (خاص المدارس والثانويات الرسمية) والعمل بموجب جميع إرشاداته لنادية تنفيذ ومتابعة كل الإجراءات المرتبطة ببرنامج الصحة المدرسية بشكل عام والإجراءات المرتبطة بالأمراض المعدية، الوبائية ومنها الكوفيد-١٩ بشكل خاص.

**⚠️ في حال كان أحد أفراد الهيئتين التعليمية والإدارية أو أحد العاملين في المؤسسة التعليمية يعاني من أمراض مزمنة ومناعة ضعيفة، الطلب إليه الاستحصال على تقرير طبي من الجهات المختصة يحدد فيه الحالة الصحية الاستثنائية التي يعاني منها. وبناءً عليه، وإذا كان وضعه الصحي دقيقاً، تقوم وزارة التربية والتعليم العالي باتخاذ الإجراءات المناسبة والتي تتماشى مع خصوصية وضعه الصحي لحمايته.**

### خلال العام الدراسي:

- التعاون مع المكلفين من أفراد الهيئتين التعليمية والإدارية بهدف تنفيذ كل الإجراءات الوقائية المقررة والقيام بالمهام المطلوبة.
- التنسيق المستمر مع إدارة المؤسسة التعليمية لمتابعة المستجدات المتعلقة بالخطوة المقررة لمنع انتشار عدوى كوفيد-١٩ داخل المؤسسة التعليمية.
- حث المتعلمين على الحفاظ على نظافة البيئة المدرسية.
- متابعة نظافة الصفوف من خلال المراقبة والملاحظة فور الدخول إلى الصف والتأكد على عامل النظافة، عند الحاجة، على ضرورة الالتزام بالتنظيف اليومي والتعقيم الدوري للصفوف.
- حث المتعلمين على التخلص الآمن من النفايات في سلال المهملات.
- تعليق منشورات وإرشادات ظاهرة وواضحة، كل في صفحه، تشير إلى طرق الوقاية لمنع العدوى ومنها كيفية غسل وتعقيم اليدين.

تتطلب الإجراءات الوقائية سواءً أكانت على مستوى المؤسسة التعليمية، أم داخل الباص أم في البيت تضافر الجهد وتعاون بين مختلف الموارد البشرية في المؤسسة، والأهل وجميع المعنيين. فيما يلي عرض للمهام والمسؤوليات العامة التي ينبغي أن يتلزم بها كل من يعمل في نطاق المؤسسة التعليمية، فضلاً عن بعض المهام الخاصة لكل من المدير(ة)، والمرشد الصحي البيئي/المستوى الصحي، وأفراد الهيئتين التعليمية والإدارية، والمكلفين بتنفيذ ومتابعة الإجراءات الوقائية، وعمال النظافة، والأهل وال المتعلمين.

### ١- المهام والمسؤوليات العامة

#### خلال المرحلة التحضيرية:

- المشاركة حضورياً أو عن بعد في الاجتماعات التحضيرية مع إدارة المؤسسة التعليمية وأفراد الهيئتين التعليمية والإدارية بهدف التحضير لعودة المتعلمين الآمنة والمشاركة الفعالة في كل المهام المطلوبة.
- المشاركة في جميع اللقاءات التي ستنفذها وزارة التربية والتعليم العالي بالتعاون مع المعنيين حول الإجراءات الوقائية للعودة الآمنة إلى المؤسسة التعليمية.
- الالتزام بتنفيذ كل إجراءات الوقاية الشخصية المذكورة أعلاه.

- التعهد بالمشاركة حضورياً أو عن بعد في التدريبات الهدافه إلى رفع الوعي حول فيروس السارس - كوف-٢ وكيفية انتقاله والوقاية منه.

- التحقق من استكمال المتعلمين لجميع اللقاءات الأساسية عند تسجيلهم في المؤسسات التعليمية.

- احترام كل التوصيات والقرارات الصادرة عن وزارة التربية والتعليم العالي أو التي ستصدر تباعاً بخصوص الحدّ من انتشار عدوى كوفيد-١٩.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحّية وسليمة.

### تأمين بيئة صحّية سليمة ومتابعة نظافة وتعقيم المبني المدرسي بجميع مرافقه

- تأمين مياه آمنة.
- تأمين العدد الكافي من عاملين النظافة للقيام بالمهام المطلوبة.
- جدولة ومتابعة أداء عاملين النظافة لنهاية التنظيف اليومي والتعقيم الدوري لكل مرافق المؤسسة التعليمية، والقيام بتوثيق عملية التنظيف والتعقيم بمساعدة المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي في لائحة تتبع التنظيف اليومي والتعقيم الدوري المرفقة في ملائق هذا الدليل.
- إبلاغ أفراد فريق عمل التنظيف في الدوام الصباحي بضرورة تنفيذ عملية تنظيف الصفوف والمرحاض في نهاية الدوام وقبل توافد المتعلمين غير اللبنانيين لدوام بعد الظهر.
- إبلاغ أفراد فريق عمل التنظيف في دوام بعد الظهر المخصص للمتعلمين غير اللبنانيين بضرورة تنفيذ عملية تنظيف جميع مرافق المؤسسة التعليمية وخاصة الصفوف والمرحاض في نهاية الدوام المسائي.
- التخلص اليومي والأمن من النفايات الصلبة.
- إبلاغ المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي بمهمة متابعة أداء عاملين النظافة من خلال تنفيذ زيارات فجائية وتوثيق نتائجها في اللائحة المخصصة لمتابعة عمل عاملين النظافة والمرفقة في ملائق هذا الدليل.
- تكليف المرشد الصحي البيئي (في المدارس والثانويات الرسمية) بمتابعة مخزون مواد التنظيف والتعقيم والمواد الأخرى الفرورية لحسن تنفيذ الإجراءات الوقائية وذلك باعتماد «إستمارة تتبع المخزون» والمرفقة في ملائق هذا الدليل، وتکليف شخص لهذه المهمة في المؤسسات التعليمية الخاصة.

### ٢ - دور مدير(ة) المؤسسة التعليمية/المدرسة/المعهد/الجامعة



### تأمين المواد والمستلزمات الفرورية للوقاية من انتشار فيروس السارس - كوف - ٢

- الصابون والمناديل الورقية في جميع مرافق غسل اليدين.
- عبوات تحتوي على سائل معقم لليدين، على أن تكون نسبة الكحول فيه لا تقل عن ٦٠٪، وذلك ليتم وضعها في الممرات، وداخل الصفوف، وعلى مداخل المؤسسة التعليمية الخارجية وفي الباصات المدرسية التابعة للمؤسسة.
- مواد ومستلزمات التنظيف والتعقيم للمرحاض وكل الأسطح ( محلول الكلور، الخ).
- معدات الوقاية الشخصية المناسبة لعمّال النظافة (قفازات، كمامات).
- الكمامات الطبية في غرفة الصحة المدرسية.
- مواعين حرارة رقمية بالأشعة تحت الحمراء للجبن ليتم استخدامها في المؤسسة التعليمية وفي الباصات.
- سلال مهملات مغلقة في كافة المرحاضين.
- سلال مهملات مغلقة ومثبتة في باصات نقل المتعلمين التابعة للمؤسسة التعليمية.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

- إبلاغ الهيئتين الإدارية والتعليمية بضرورة التزام كل متعلم بالجلوس في المكان المخصص له وعدم تغييره أو تبادله مع المتعلمين الآخرين، والتاكد من عدم اختلاط المجموعات المختلفة في أي يوم من الأيام الدراسية وعدم التنقل بتاتاً بين الصفوف
- إبلاغ كل أفراد الهيئتين التعليمية والإدارية بتعليق العمل مؤقتاً بآلية مراقبة الدوام عبر البصم والاستعاضة عنها بسجل الدوام حيث يقوم كل أستاذ/مدرس باستعمال قلمه الخاص للتوقيع، على أن يتم تأمين عبوة معقّم كحولي بجانب الدفتر ليتم تعقيم اليدين قبل وبعد التوقيع.

**!  
إبلاغ الهيئة الإدارية وبعد التنسيق مع المرشد الصحي البيئي / المسؤول الصحي بضرورة إحالة أي متعلم متسلّب من اللقاحات مع ذويه إلى مراكز الرعاية الصحية الأولية بهدفأخذ كل اللقاحات المستحقة والجرعات التذكيرية الازمة وذلك قبل تسجيله، على أن تتم المتابعة من قبل المرشد الصحي البيئي / المسؤول الصحي خلال العام الدراسي لنادية استحقاق الجرعات التذكيرية للمتعلمين والتاكد من التزام الأهل بمتابعة لقادات أولادهم وإلزامية إعطائهما في موعدها بحسب الرزنامة الوطنية.**

- تحضير البرنامج الدراسي لكل صف والجدولة الزمنية المناسبة تماشياً مع مبدأ تقسيم أعداد متعلمي الصف الواحد إلى مجموعتين أو أكثر لضمان التباعد الاجتماعي خلال الحصص الدراسية.

- تكليف شخص محدد من فريق التنظيف (في الدوامين) لتعقيم كل ما تلمسه اليد بشكل متكرر في المبني المدرسي، مثل أزرار ومقابض المصاعد ودرازبين السالم، مفاتيح الكهرباء، مقابض الأبواب، معدات المعلوماتية (بعد كل استخدام)، الخ، ليتم التعقيم بشكل متكرر خلال النهار التعليمي.

### تنسيق إدارة المؤسسة مع الهيئتين الإدارية والتعليمية لضمان تنفيذ خطة العودة الآمنة إلى المؤسسة التعليمية

- بما يخص المديرية العامة للتربية، الالتزام بالقرار الصادر عن وزير التربية والتعليم العالي رقم: ٢٠٠٩/٣/١٤٠ حول تنظيم عمل المرشد الصحي في المدارس والثانويات الرسمية التابعة لمديريتي التعليم الثانوي والابتدائي (خاص فقط بالمدارس والثانويات الرسمية).

- تكليف من يلزم للقيام بعمل الإرشاد الصحي ومتابعة الإجراءات الوقائية في حال عدم وجود مرشد صحي بيئي/مسؤول صحي في المؤسسة، على أن يتمتع بالمؤهلات الازمة للقيام بهذه المهام.

- جدولة مواعيد الاجتماعات التحضيرية للهيئتين التعليمية والإدارية وجميع العاملين قبل أسبوعين على الأقل من دخول المتعلمين، بهدف:

• إبلاغ الهيئتين الإدارية والتعليمية وجميع العاملين بالتعاونيات والقرارات الصادرة عن وزارة التربية والتعليم العالي دول الإجراءات الوقائية المعتمدة لتأمين عودة آمنة للمتعلمين والعاملين إلى المؤسسات التعليمية في ظل جائحة كوفيد-١٩ والمنوه عنها أعلاه والطلب إليهم العمل بموجتها.

• إبلاغ الهيئتين الإدارية والتعليمية بتخصيص طاولة ومقعد محدّدين لكل متعلم ومنع تبديل أماكن الجلوس.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحّية وسلامة.

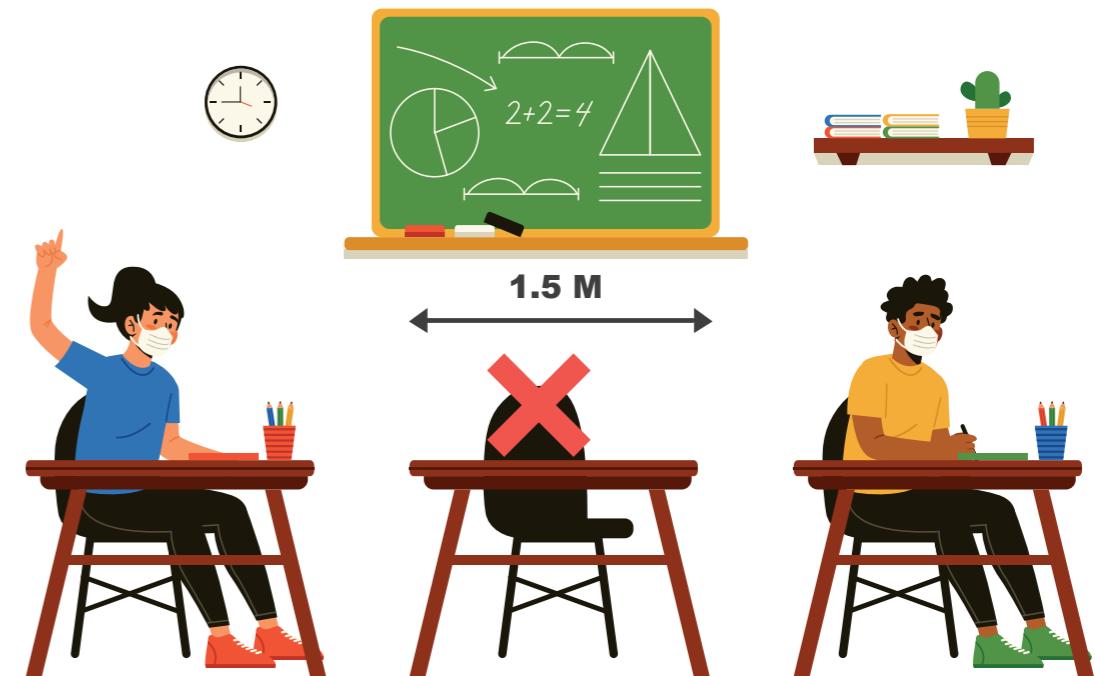


- وضع إشارات على مداخل المراحيض وداخلها لضمان التباعد الاجتماعي (مثلاً: في حال تقارب المغاسل أو المبولات من بعضها، وضع إشارة على المغسلة أو المبولة لتحديد لها عن الإستعمال لضمان مسافة متر ونصف بين كل مغسلة وأخرى وبين كل مبولة وأخرى).



**الطلب إلى المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي تحديد لأئحة إسمية بال المتعلمين الذين يعانون من أمراض تنفسية حادة/أمراض مزمنة/ضعف مناعة وذلك وفق المعلومات المتوفرة في ملفات المتعلمين الصحية، والتواصل مع أولياء أمرهم للطلب منهم استحصلان تقرير طبي من الجهات المختصة للولد الذي يعاني من أمراض مزمنة ومناعة ضعيفة يحدد فيه الحالة الصحّية الإستثنائية التي يعاني**

### التحضير الميداني لتأمين العودة الآمنة للمتعلّمين



- إعادة توزيع المقاعد الدراسية في كل من الصفوف مع احترام المسافة الآمنة (أي مسافة متر ونصف بين متعلم وآخر).

- تحديد خطة تنقل بين المبني المدرسي والخارج، إذ يوصى باستخدام عدة مداخل (في حال توفرت) لتوافد/مفادة المتعلمين من وإلى المؤسسة التعليمية للحدّ من الإحتلال والانتظار.

- تعليق/لصق منشورات وإرشادات ظاهرة وواضحة تشير إلى طرق الوقاية لمنع العدوى ومنها كيفية غسل وتعقيم اليدين، التباعد الاجتماعي، الخ.

- وضع علامات وإشارات على الأرض لتحديد المسار الواجب اتباعه للتنقل والمسافة الآمنة وتسهيل الامتثال لقواعد التباعد الاجتماعي (على مداخل المؤسسة التعليمية، المشاب، المغاسل، الممرات ومدخل كل صف، أمام الحانوت المدرسي).



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

**إبلاغ الهيئة الإدارية** بضرورة مراقبة الحضور المدرسي، وذلك بمساعدة الهيئة التعليمية وبالتنسيق مع المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي، وتنفيذ أنظمة مراقبة التغيب عن المؤسسة التعليمية من خلال استماراة التردد الوبائي أو أي آلية أخرى معتمدة من قبل المؤسسة، لتتبع غياب المتعلمين والموظفين.

- إبلاغ الهيئتين الإدارية والتعليمية بضرورة مراقبة ومواكبة المتعلمين ومتابعتهم لناديه للتزامهم البقاء ضمن المجموعات التعليمية التي حددت لهم وعدم الاختلاط بالمجموعات التعليمية الأخرى أو الانتقال إليها، في كل الأيام الدراسية.

- إبلاغ الهيئتين الإدارية والتعليمية بضرورة التعاون والتنسيق مع المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي بهدف تنفيذ جميع الإجراءات الوقائية وتعزيز صحة المتعلمين والعاملين ضمن نطاق المؤسسة.

- مراقبة المتعلمين يومياً وإحاله كل من تظهر عليه إحدى العوارض المذكورة أعلاه إلى المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي في المؤسسة.

- تنفيذ تمارين للمتعلمين داخل الصنف بين كل حصتين أو خلال الاستراحة ولمدة ٥ دقائق للوقاية من آلام العمود الفقري بالإضافة إلى تقنيات الاسترخاء والتنفس العميق، مع احترام المسافة الآمنة بين المتعلمين.

- مراقبة المتعلمين خلال الاستراحة المخصصة لتناول الوجبات الخفيفة والتأكد من بقاء كل متعلم في مكانه وعدم مشاركة الطعام مع زملائه كذلك التشديد على تعقيم اليدين قبل وبعد تناول الطعام.

- تنفيذ أنشطة تفاعلية من قبل الأساتذة والمرشد الصحي البيئي / المسؤول الصحي للمتعلمين حول كيفية الوقاية من العدوى، والاجابة عن كل تساؤلاتهم ومخاوفهم المرتبطة بهذا الموضوع والاستجابة إلى ردود أفعالهم بطريقة داعمة.

منها. وبناءً عليه، وإذا كان وضعه الصحي دقيقاً، تقوم وزارة التربية والتعليم العالي باتخاذ الإجراءات المناسبة والتي تتماشى مع خصوصية وضعه الصحي لحمايته. (اعتماد لائحة الأمراض المزمنة الصادرة عن منظمة الصحة العالمية وهي مصنفة وفق التالي: أمراض الرئة المزمنة (الزبو ضمّاً)، ضعف مناعة/كتبة مناعة، أمراض القلب والشرايين).

- الطلب إلى المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي الاستمرار بالعمل بجميع عناصر برنامج الصحة المدرسية والمهام المنوطة به.

- جدولة مواعيد توافد/مغادرة المتعلمين بحسب العلاقات والمراحل التعليمية منعاً للاكتظاظ والتجمعات إن من قبل المتعلمين أو من قبل الأهل وفق الآلية المذكورة في الصفحة رقم ٢٤.

- وجوب تكليف العدد الكافي من الأشخاص من الهيئتين الإدارية والتعليمية لتنفيذ الإجراءات الوقائية (عند مداخل المؤسسة، الممرات، الخ) بالتعاون مع المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي.

- جدولة حضور عاملين النظافة خلال العام الدراسي وإبلاغهم بضرورة الالتزام بالدوام.

**إبلاغ البلدية المعنية بالإجراءات المرتبطة بجدولة مواعيد التوافد والمغادرة للمتعلمين في كلا الدوامين قبل الظهر وبعد الظهر (إن وجد)، على أن تؤمن البلدية مواكبة من قبلها لتنظيم الدخول والخروج من وإلى المؤسسة التعليمية لضمان التباعد الاجتماعي.**

- التأكيد على كل العاملين في المؤسسة التعليمية بضرورة الالتزام بالتوجيهات العامة المذكورة أعلاه والقيام بمهامهم ومسؤولياتهم المذكورة في هذا الدليل.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

- تأمين كمامات، مصنوعة من القماش كحد أدنى، لكل ولد من أولادهم لغطية الفم والألف، على أن يضعها على وجهه فور خروجه من المنزل وحتى العودة إليه وغسلها وتعقيمها يومياً.

- التعقيم اليومي لأغراض أولادهم التي يتم استخدامها في المؤسسة التعليمية/ الحقيقة المدرسية، الكتب، الأقلام، وكذلك تعقيم الأحذية.

- التشديد على ضرورة تناول وجبة صحية قبل مغادرة المنزل، وإرسال وجبة خفيفة وصحية مع المتعلم إلى المؤسسة التعليمية (بحسب المعايير المذكورة أدناه):  
• إرسال وجبات خفيفة صحية كالفاكهة/الخضار المغسلة والمعقمة أو الشطيرة/ سندويش، أو المكسرات النية أو المحمصة وقليل الملح مثل الجوز، الفول السوداني، إلخ (المكسرات: خاص بالأطفال من سن ٥ سنوات وما فوق).  
• التأكد من أن الوجبة الخفيفة مغلفة وموضبة جيداً.  
• التأكيد على أولادهم بعدم مشاركة الطعام مع الزملاء.  
• التأكيد من غسل اليدين بالمياه الآمنة والصابون قبل وبعد تناول الطعام.

- ضمان مسافة آمنة بين الأطفال عند تناول الطعام.

- التقييد بجدولة مواعيد وصول/مغادرة المتعلمين بحسب الحلقات والمرادف التعليمية منعاً للاكتظاظ على مداخل المؤسسة التعليمية.

**⚠️ الاستحصال على تقرير طبي من الجهات المختصة للولد الذي يعاني من أمراض مزمنة ومناعة ضعيفة يحدد فيه الحالة الصحية الإستثنائية التي يعاني منها. وبناءً عليه، وإذا كان وضعه الصحي دقيقاً، تقوم وزارة التربية والتعليم العالي باتخاذ الإجراءات المناسبة والتي تتماشى مع خصوصية وضعه الصحي لحمايته.**

- إبلاغهم بالاستعاضة عن الاستراحة في الملعب باستراحة داخل الصف تحت مراقبة الأستاذ/المدرس حفاظاً على سلامة المتعلمين.

### تنسيق إدارة المؤسسة المستمر مع أولياء أمر المتعلمين

إرسال نشرة مفصلة للأهل من قبل مدير المؤسسة قبل موعد إعادة فتح المؤسسة التعليمية، تتضمن النقاط الأساسية الواجب اتباعها من قبلهم للحد من انتشار ومنع انتقال عدو كوفيد-١٩ والواردة في الفقرة المتعلقة بدور الأهل وأولياء الأمور في تنفيذ الإجراءات وتعزيز السلوكيات الصحية عند الأطفال والطلب منهم الالتزام بكل التعليمات الواردة أدناه:

- التنبه لأي عارض مرضي أو ارتفاع في درجة الحرارة لدى ولدهم، وأخذ حرارة ولدهم صباحاً قبل الذهاب إلى المؤسسة التعليمية.

**⚠️ عدم إرسال أولادهم إلى المؤسسة التعليمية في حال وجود حرارة مرتفعة (فوق ٣٧,٥ درجة) أو وجود أي من المؤشرات المرضية قبل الشفاء التام وإبلاغ إدارة المؤسسة التعليمية في اليوم ذاته، كما التواصل مع وزارة الصحة العامة على الخط الساخن للحصول على الإرشادات الازمة والتماس الرعاية الصحية مبكراً.**

**⚠️ عدم إرسال أولادهم إلى المؤسسة التعليمية في حال احتكاكهم المباشر بأي حالة إصابة بعدوى كوفيد-١٩ أو مشتبه بإصابتها (البقاء في المنزل لمدة ٤١ يوماً من تاريخ آخر احتكاك مع اعتماد إجراءات العزل المنزلي الصادرة عن وزارة الصحة العامة والمنوه عنها في الجزء الثاني من هذا الدليل، على أن تتم مراقبة أولادهم خلال هذه الفترة وإبلاغ وزارة الصحة العامة على الخط الساخن ووزارة التربية والتعليم العالي من خلال المؤسسة التعليمية. يمكن للمتعلم الذي لا تظهر عليه أية عوارض، أن يعود إلى المدرسة بعد مرور ٤١ يوماً بعد آخر احتكاك مع الشخص المصاب بعده كوفيد-١٩. وفي حال كان المتعلم يعيش في المكان نفسه مع الشخص المصاب، يمكنه العودة إلى التعلم حضورياً بعد مرور ٤١ يوماً من تاريخ الشفاء التام للشخص المصاب والذي توقف عن إظهار أي عارض، على أن يتم الإستحصال على تقرير طبي من الجهات المعنية يثبت ذلك).**

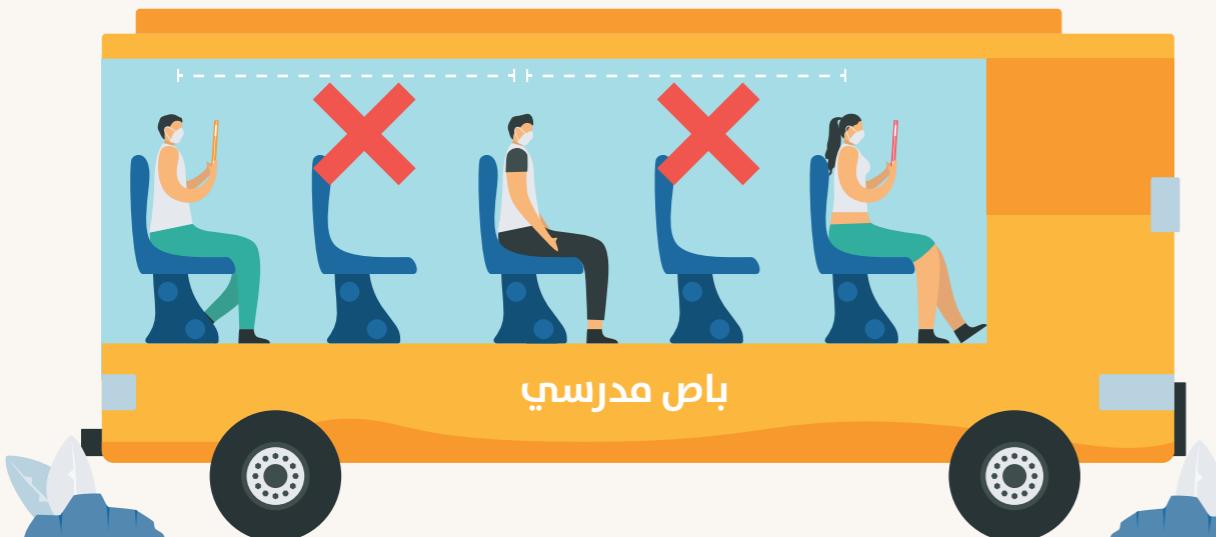


## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحّية وسلامة.

**إبلاغ أصحاب الباصات المدرسية بالمعلومات التالية لنادية التهوية خلال جولة الباص:** يمكن استخدام أجهزة التكييف بشرط أن تتم صيانتها وتنظيفها بانتظام. يوصى بضبط درجات الحرارة بين ٢٤ درجة مئوية و ٢٧ درجة مئوية للتبريد أثناء الطقس الحار، ورطوبة نسبية تتراوح بين ٥٠٪ و ٦٠٪. توصي منظمة الصحة العالمية بزيادة معدل التهوية من خلال وسائل التهوية الطبيعية أو الميكانيكية، وتحث على الوسائل التي لا تعمل على إعادة تدوير الهواء. وفي حال إعادة تدوير الهواء، يجب تنظيف فلتر جهاز التكييف بانتظام.

كما يوصى بعدم تشغيل المراوح الكهربائية في حال وجدت داخل الباص والاستعاضة عنها بالتهوية الطبيعية المستمرة من خلال فتح النوافذ.

- تنظيم توزيع المتعلّمين على مقاعد الباص مع احترام المسافة الآمنة في ما بينهم، أي جلوس كل متعلّم إلى جانب النافذة وعلى مقعد لوحده، وترك مقعد شاغر بين متعلّم وأخر، ومنع التجوال في الباص.



- إبلاغ السائقين والمرافقين بالبقاء في المنزل في حال وجود أي عوارض مرضية، على أن يؤمن أصحاب الباصات والمؤسسة التعليمية مرافقين وسائقين احتياطيين.

- ضرورة متابعة لقاحات أولادهم والزامية إعطائهما في موعداتها بحسب الرزنامة الوطنية وذلك قبل التوجه لتسجيل أولادهم في المؤسسة. علماً بأن المؤسسة ستقوم بحالات المتعلّم المتسلّب وأولياء أمره إلى أحد مراكز الرعاية الصحية، لأخذ اللقاحات والجرعات التذكيرية اللاحقة والمقدمة مجاناً من قبل وزارة الصحة العاشرة وذلك قبل تسجيله في المؤسسة.

- توصيتهم بتجنب الحضور والدخول إلى مرافق المؤسسة التعليمية، والاستعاضة عن ذلك بالتواصل مع الإدارة باستخدام الهاتف أو أي وسيلة من وسائل التواصل الاجتماعي. (ويمكن تأمين غرفة أو مكان خارج حرم المؤسسة أو منفصل عنها في حال توفر أي منها لمقابلة الأهل عند الفرورة القصوى).

### تأمين وسائل نقل آمنة للمتعلّمين

- تكليف إدارة المؤسسة التعليمية من تراه مناسباً لمرافقة المتعلّمين في الذهاب والإياب من وإلى المؤسسة التعليمية في باصات نقل المتعلّمين التابعة لها والطلب منهم الاحتفاظ بسجل يومي تدون فيه أسماء جميع ركاب الحافلة خلال جدول نقل المتعلّمين اليومي.

- تأمين تدريب المكلفين بمرافقة سائق الباص على كل الإجراءات الوقائية المعتمدة في كل جولة نقل.

- تكليف إدارة المؤسسة التعليمية من تراه مناسباً لتأمين تنظيف وتعقيم باصات نقل المتعلّمين التابعة لها.

- إبلاغ أصحاب الباصات المدرسية بجدولة مواعيد وصول/مغادرة المتعلّمين والإجراءات الوقائية التي سيتم اعتمادها في كل جولة نقل (تنظيف يومي وتعقيم قبل كل جولة).



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

**٣ - دور المرشد الصحي البيئي أو المسؤول الصحي في تنفيذ ومتابعة الإجراءات:  
تنسيق المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي مع إدارة المؤسسة التعليمية  
لضمان تنفيذ خطة العودة الآمنة إلى المؤسسة التعليمية**

### خلال المرحلة التحضيرية/قبل بدء العام الدراسي

- المشاركة حضورياً أو عن بعد في الاجتماعات التحضيرية مع إدارة المؤسسة التعليمية وأفراد الهيئتين التعليمية والإدارية بهدف التحضير لعودة المتعلمين الآمنة والمشاركة الفعالة بكل المهام المطلوبة.
- المشاركة في جميع اللقاءات التي ستنفذها وزارة التربية والتعليم العالي بالتعاون مع المعنيين حول الإجراءات الوقائية للعودة الآمنة إلى المؤسسة التعليمية.
- الالتزام بتنفيذ كل إجراءات الوقاية الشخصية المذكورة أعلاه.
- التعهد بالمشاركة حضورياً أو عن بعد في التدريبات الهدافة إلى رفع الوعي حول فيروس السارس كوف-٢ وكيفية انتقاله والوقاية منه.
- الاطلاع على تفاصيل التعاميم والقرارات الصادرة عن وزارة التربية والتعليم العالي والمنوه عنها أعلاه والعمل بموجتها.
- التواجد في المؤسسة التعليمية خلال فترة التسجيل والتنسيق مع الهيئة الإدارية بهدف:
  - التأكد من رزنامة لقاءات جميع المتعلمين وإبلاغ المعنيين في الإدارة بضرورة إحالة أي متعلم متسلل من اللقاءات مع ذويه إلى مراكز الرعاية الصحية الأولية بهدفأخذ كل اللقاءات المستحقة والجرعات التذكيرية الازمة وذلك قبل تسجيله.
  - ملء الملف الصحي الاجتماعي للمتعلمين الجدد وتحديث المعلومات في ملفات المتعلمين القدامى.

- التواصل مع أصحاب/شركات وسائل النقل الخاص أو البلدية أو إحدى الجمعيات المحلية الناشطة أو أي جهة ناشطة أخرى لاختيار الآلية الأنسب للمراقبة الصحية للمتعلمين قبل دخولهم الباص، ومتابعة عملية التنظيف والتعقيم.

### التشبيك مع البلديات والجمعيات الأهلية الناشطة لحسن تنفيذ خطة العودة الآمنة إلى المؤسسة التعليمية

- جدولة مواعيد لاجتماعات التحضيرية والتنسيقية مع البلدية لتحديد آلية التعاون لنهاية:
- المساهمة في دعم صناديق المؤسسة التعليمية لتوفير المستلزمات والمواد المذكورة أو توفيرها مباشرةً، وذلك وفق الآلية المعتمدة بها.
- توفير مياه آمنة في المؤسسة التعليمية.
- إزالة النفايات في موعدها يومياً.
- تأمين العناصر البشرية الازمة بالتنسيق مع مدير المؤسسة لدعم الفريق المدرسي بتنظيم توافد أولياء الأمر والمتعلمين إلى المؤسسة عند إنتهاء اليوم الدراسي منعاً لاكتظاظ على مداخل المؤسسة.
- المؤازرة عند وصول باصات نقل المتعلمين ومساهمتها في تنظيم نزول المتعلمين إلى المؤسسة التربوية.
- مساندة العائلة في حال الحجر المنزلي والتأكد من التزامها.

- التعاون مع أصحاب/شركات باصات النقل الخاص لتأمين/تكليف أشخاص لمهمة «مرافق سائق الباص»، على أن يتم تدريبيهم مسبقاً على كل إجراءات الوقاية المعتمدة.

- التعاون مع الجمعيات الأهلية الناشطة وفق القوانين المرعية للإجراءات والصادرة عن وزارة التربية والتعليم العالي، للمساهمة في تأمين حاجة المؤسسة.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحّية وسلامة.

- التعاون مع إدارة المؤسسة التعليمية والتحضير الميداني لناديه.
- وضع خطة تنقل داخل المبني المدرسي يضمن التباعد الاجتماعي.
- وضع شهام وإشارات على الأرض لتحديد المسار الواجب اتباعه للتنقل والمسافة الآمنة وتسهيل الامتثال لقواعد التباعد الاجتماعي (على مداخل المؤسسة التعليمية، المشابك، الممرات ومدخل كل صف).
- وضع إشارات على مداخل المراحيض وداخلها لضمان التباعد الاجتماعي (مثلاً: في حال تقارب المغاسل أو المبولات من بعضها، وضع إشارة على المغسلة أو المبولة لتحييدها عن الإستعمال لضمان مسافة مترين ونصف بين كل مغسلة وأخرى وبين كل مبولة وأخرى).
- وضع إرشادات ورسومات توجيهية على الجدران وقرب المغاسل للإستعمال الآمن والسليم للمرحاض.
- وضع إرشادات توجيهية للمحافظة على النظافة العامة والشخصية.

• تحديد لائحة إسمية بالمتعلمين الذين يعانون من أمراض تنفسية حادة /أمراض مزمنة/ ضعف مناعة وذلك وفق المعلومات المتوفرة في ملفات المتعلمين الصحية، والتواصل مع أولياء أمرهم لطلب تقرير طبي يؤكد دقة هذه المعلومات ويحدد المرض المزمن، ليتم اتخاذ الإجراءات المناسبة من قبل وزارة التربية والتعليم العالي. كذلك تشمل هذه اللائحة أسماء العاملين في المؤسسة التعليمية الذين لديهم أمراض مزمنة، على أن تبقى هذه المعلومات الطبية سرية.

ملاحظة:

اعتماد لائحة الأمراض المزمنة الصادرة عن منظمة الصحة العالمية والمذكورة سابقاً في هذا الدليل.





## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

- شرح أصول التنظيف والتعقيم الدوري لجميع المرافق في المؤسسة (وفق بروتوكول التنظيف اليومي والتعقيم الدوري المشار إليه في الصفحة ٨٩ من الدليل).

### خلال العام الدراسي:

- التعاون مع المكلفين من أفراد الهيئتين التعليمية والإدارية بهدف تنفيذ كل الإجراءات الوقائية المقررة والقيام بالمهام المطلوبة.

- التأكيد من توفر كل مستلزمات الحماية الشخصية ومواد ومستلزمات التنظيف والتعقيم، والمناديل الورقية، والصابون ومعقمات اليدين من خلال «استماراة تتبع المخزون» (المرفقة في ملائق الدليل) والطلب إلى إدارة المؤسسة تأمين اللازم عند الحاجة. (أما في المؤسسات التعليمية الخاصة فيتم تكليف شخص لمتابعة المخزون).

- التنسيق المستمر مع إدارة المؤسسة التعليمية لمتابعة المستجدات المتعلقة بالخطوة المقررة لمنع انتشار عدوى كوفيد-١٩ في المؤسسة التعليمية.

- تقديم التثقيف الصحي لجميع الأفراد داخل المؤسسة التعليمية انتلاقاً من دور المرشد الصحي البيئي/المستأثر الصحي الأساسي في تنفيذ برنامج الصحة المدرسية، لا سيما كل المستجدات المتعلقة بعدهوى كوفيد-١٩ بالاستناد إلى المراجع العلمية والمصادر الموثوقة (وزارة التربية والتعليم العالي، وزارة الصحة العامة، تقارير اللجنة الوطنية لدارة الكوارث والأزمات، منظمة الصحة العالمية، اليونيسف، الخ).

- التنسيق مع إدارة المؤسسة التعليمية لضمان تنفيذ الصيانة الوقائية والتصحية الازمة لكل مرافقها (مغاسل، مراحيض، وأجهزة المؤسسة ، الخ).

**التعاون مع إدارة المؤسسة والهيئتين الإدارية والتعليمية لترصد الأمراض الانتقالية والأوبئة عبر مراقبة نسبة الغياب وملء استماراة الغياب الأسبوعية وإرسالها الكترونياً عبر منصة DHIS2 المتوفرة على موقع وزارة الصحة العامة (خاص المدارس والثانويات الرسمية) أو إلى قسم الترصد الوبائي في القضاء وذلك في**

- التعاون مع إدارة المؤسسة التعليمية لتحديد جدول مواعيد توافد ومجادرة المتعلمين واستلام نسخة عن الوائح الاسمية بجدولة المغادرة.

- الطلب إلى إدارة المؤسسة التعليمية تأمين الكمامات الطبية (ليتم استعمالها عند الحاجة) والنواص في حقيقة الإسعافات الأولية والتأكد من محتوياتها وتاريخ صلاحية موجوداتها باستمرار.

- التنسيق مع مدير المؤسسة لتأمين بيئة صحية سليمة وآمنة من خال:
- وضع لائحة بنوعية المنظفات والمعقمات الضرورية (وفق المعايير المعتمدة).
- وضع خطة عمل توزع فيها الأدوار بين عاملين النظافة (جدولة عمل عاملين النظافة).
- تأمين تنظيف خزانات المياه وتعقيمها قبل بداية العام الدراسي وإجراء فحص المياه المخبري الأول لضمان سلامة المياه.

- القيام بجولة ميدانية، برفقة المدير(ة)، على كل مراافق المؤسسة/الملعب، الصفوف، الممرات، السلاالم، المراحيض والمغاسل، المشارب، المكتبة، المسرح، المختبر، لمتابعة البيئة المدرسية والتأكد من النظافة، السلامة ولرصد المشاكل المتعلقة بالصحة، السلامة والأمان ورفع التقارير بها للمدير(ة) للقيام بالصيانة التصحيحية اللازمة.

- متابعة آداء عاملين النظافة والتشديد على تنظيف وتعقيم جميع مراافق المؤسسة ورفع تقرير إلى الإدارة في حال تفاصس أحد العاملين في عمله.

**الجدير بالذكر أن و蒂رة تنظيف المراحيض، المغاسل والمشارب هي ثلاثة مرات في اليوم على الأقل (أو أكثر وفق الحاجة)، أما التعقيم فهو فوري بعد كل مستخدم.**

- التنسيق والمتابعة مع عاملين النظافة لتأمين بيئة صحية سليمة وآمنة من خال:
- إطلاعهم على التعليمات والقرارات المتعلقة بالبيئة المدرسية وآلية التنظيف اليومي والتعقيم الدوري لجميع المرافق في المؤسسة.
- توجيههم في ما يختص بكيفية الاستخدام الآمن لمواد التنظيف.
- إرشادهم لطريقة تحضير محلول الكلور (إجراء عملية التخفيف).



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

- التواجد باكراً عند مدخل المؤسسة فور فتح أبوابها وقبل وصول الم المتعلمين للتدبير لاستقبالهم، مع اعتماد كل وسائل الحماية الشخصية (كمامة وتعقيم اليدين باستمرار بمعقم كحولي يحتوي على نسبة كحول لا تقل عن ٦٠٪) بهدف التأكد من الحالة الصحية للمتعلمين وجميع العاملين في المؤسسة.

- التأكد من أن المتعلم يضع كمامه وبطريقة صحيحة.

- أخذ حرارة كل من يدخل إلى المؤسسة التعليمية باستخدام ميزان حرارة رقمي بالأشعة تحت الحمراء للج宾 وذلك مع احترام المسافة الآمنة بينه وبين المتعلم/ العامل (مد الذراع أفقياً على ١٨ درجة) والتتبه لوجود أي من العوارض المرضية/حرارة مرتفعة (٣٧ ونصف درجة مئوية وما فوق)، سعال وعطس، ضيق أو صعوبة في التنفس، الخ.



نهاية كل أسبوع دراسي وفق الإجراءات المعتمدة في المدارس والثانويات الخاصة (ورقياً/بريد إلكتروني/فاكس) في حال إنذار وبائي، أما بالنسبة للمدارس والثانويات الرسمية يتم مباشرةً تبليغ وحدة التربية البيئية في جهاز الإرشاد والتوجيه من خلال المشرف الصحي البيئي المعتمد.

- التنسيق مع إدارة المؤسسة لتحديد مواعيد حلقات تنفيذ صحي للعاملين في المؤسسة خاصة لنهاية المستجدات حول عدوى كوفيد-19 وللأهل مع اعتماد جميع المعايير الوقائية الازمة لنهاية كيفية تنفيذ هذه الحلقات (الوسيلة المناسبة لمنع الاكتظاظ واحترام المسافة الآمنة).

- تنفيذ الإجراءات الوقائية المرتبطة بظهور عارض مرضي على أي متعلم أو موظف وفق الآلية المحددة في الفقرتين ٢ و ٣ من القسم الثالث في هذا الدليل.

- إعطاء التغذية الراجعة والملاحظات حول التطبيقات العملانية للخطة المقررة، والتعاون المستمر لملائنة التغيرات ومواجهة التحديات لضمان سلامة الجميع في المؤسسة التعليمية.

- التعاون والتنسيق مع المشرف الصحي البيئي (خاص المدارس والثانويات الرسمية) والعمل بموجب جميع إرشاداته لنهاية تنفيذ ومتابعة كل الإجراءات المرتبطة ببرنامج الصحة المدرسية بشكل عام والإجراءات المرتبطة بالأمراض المعدية، الوبائية ومنها الكوفيد-19 بشكل خاص.

### مهام المرشد الصحي البيئي/ المسؤول الصحي المرتبطة بتنفيذ الإجراءات الوقائية في ظل جائحة كوفيد-19

التعاون والتنسيق المستمر مع المكلفين من أفراد الهيئتين التعليمية والإدارية الأساسية لحسن سير تنفيذ كل الإجراءات المذكورة أدناه:



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

### في الممرات والملاعب:

- تنظيم تنقل المتعلّمين في الممرات والملاعب ومنع التجمعات وتوجيه المتعلّمين إلى الالتحاق بصفوفهم مباشرةً.
- التأكّد من أن كل متعلّم يضع الكمامة على أنفه وفمه بشكل سليم.
- التنبيه لأي متعلّم تظهر عليه عوارض مرضية.

### عند مغادرة المتعلّمين:

- التنسيق مع المكلفين من أفراد الهيئتين التعليمية والإدارية للمرور مداوِرًا على مختلف الصنوف لاستدعاء المتعلّمين وفق الجدول المقررة ومرافقتهم إلى الملعب مع اعتماد المسافة الآمنة وتوجيههم كلٌ نحو المدخل و/أو الباص المناسب، مع التشديد عليهم باحترام كل الإجراءات الوقائية.
- تنظيم تواجد الأهل ومغادرة المتعلّمين للمبني المدرسي بموازنة المكلفين من البلدية المعنية.

### ملاحظة:

ترك الحرية لكل مؤسسة تعليمية في اعتماد الآلية الأنسب تماشياً مع خصوصية المبني المدرسي، ولكن يوصى باعتماد جميع مداخل المؤسسة التعليمية (في حال توفرت) لخروج المتعلّمين والعاملين في آخر الدوام.

### المهام الأساسية الأخرى للمرشد الصحي البيئي/المُسؤول الصحي والمكملة لكل ما ورد أعلاه

**خلال العام الدراسي:**  
التعاون والتنسيق مع الهيئتين الإدارية والتعليمية والمشرف الصحي البيئي وعمالي النظافة لنهاية:

في حال وجود أي من العوارض المرضية لدى:

- المتعلّم القادم في باص المؤسسة أو في أي وسيلة نقل أخرى وبدون رفقة أحد أولياء أمره، يتم استقباؤه في غرفة الصحة والتواصل مع الأهل بهدف إعادته إلى المنزل.
- المتعلّم القادم برفقة أحد أولياء أمره، يتم الاعتذار منه لعدم استقبال ولده لحين شفائه التام.
- أحد العاملين، يتم اتخاذ الإجراء ذاته أي العودة إلى المنزل.

في جميع الحالات، يوصى بطلب العناية الطبية المبكرة والتواصل على الخط الساخن لوزارة الصحة العامة.

- رش المعقم الكحولي على يدي كل من يدخل المؤسسة.
- منع الانتظار عند مداخل المؤسسة التعليمية وداخل الملاعب من خلال تنظيم دخول وخروج المتعلّمين والعاملين في المؤسسة، مع احترام المسافة الآمنة (متراً ونصف) بين شخص وآخر، وتوجيه المتعلّمين للالتحاق بصفوفهم فور الانتهاء منأخذ الحرارة وتعقيم اليدين، على أن يقوم الناظار في كل من الطوابق بالتأكد من دخول المتعلّمين مباشرةً إلى صفوفهم حيث ينتظرونهم أستاذ/مدرس الحصة، ومنع تجمعهم في الممرات/الصالات.

- تنظيم تواجد أولياء الامر عند مداخل المؤسسة، مع احترام المسافة الآمنة ومنع الانتظار.

### عند مداخل المراحيض:

- التعاون مع المكلفين لمراقبة مداخل المراحيض لتنظيم دخول المتعلّمين إليها باعتماد كل الإجراءات الوقائية الازمة واحترام المسافة الآمنة في ما بينهم، على أن يقوم عامل النظافة بالتنظيف والتعقيم المستمر بعد كل مستخدم باعتماد الآلية المذكورة في بروتوكول التنظيف اليومي والتعقيم الدوري.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

- التربية الصحية البيئية من خلال أنشطة تفاعلية هادفة لجميع المتعلمين ولذويهم حول موضوع صحية بيئة أساسية، نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر: النظافة الشخصية، الغذاء السليم، الوقاية من الأمراض المعدية، النشاط البدني، الإستخدام السليم للإنترنت، التنمّر، الخ.

### ٤ - دور أعضاء الهيئة التعليمية

#### تأمين بيئة صحية سليمة ومتابعة نظافة وتعقيم المبني المدرسي بجميع مرافقه

- حد المتعلمين على الدفاظ على نظافة البيئة المدرسية  
- متابعة نظافة الصفوف من خلال المراقبة والملاحظة فور الدخول إلى الصف والتأكد مع عامل النظافة من التنظيف اليومي والتعقيم الدوري للصفوف عند الحاجة

- حد المتعلمين على التخلص الآمن عن النفايات في السلال المخصصة

#### تنسيق العمل بين الهيئة التعليمية وإدارة المؤسسة التعليمية لضمان تنفيذ خطة العودة الآمنة إلى المؤسسة التعليمية

##### خلال المرحلة التحضيرية:

- الإطلاع على جدوله مواعيد توافد ومغادرة المتعلمين المقررة من قبل إدارة المؤسسة التعليمية، على أن يستلم كل أستاذ/مدرس نسخة عن اللوائح الاسمية بجدولة المغادرة.  
- الالتزام بجميع المهام الواردة اعلاه في الفقرة «المهام والمسؤوليات العامة/ المرحلة التحضيرية».

- تأمين بيئة مدرسية صحية وسليمة  
• الكشف اليومي على البيئة المدرسية والكشف الدوري على الصفوف لإتمام المهمة على أكمل وجه.  
• متابعة أداء عاملين النظافة والتشديد على تنظيف وتعقيم جميع مراافق المؤسسة خاصة الأسطح التي تلمسها اليدين بشكل متكرر، ورفع تقرير إلى الإدارة في حال تفاسع أحد عاملين النظافة في عمله. علماً بأن إجراءات التعقيم يجب أن تطبق يومياً للوقاية وليس فقط عند ظهور حالة اصابة بعدها كوفيد-19. كما يقوم المرشد الصحي البيئي/ المسؤول الصحي بإجراء زيارات فجائية لمتابعة أداء عاملين النظافة خلال تنظيف وتعقيم المراحيض وتوثيق نتائج الزيارة في الألحة المخصصة لمتابعة أدائهم والمرفقة ربطاً.  
• الكشف الدوري في بداية كل فصل دراسي على خزانات المياه والمشاب، والتعاون مع إدارة المؤسسة لتأمين الفحوصات المخبرية للتأكد من خلو المياه من الميكروبات، وإبراز شهادة مخبرية للمشرف الصحي البيئي (خاص بالمدارس والثانويات الرسمية) تثبت نظافة وسلامة المياه.

- الخدمات الصحية  
• الكشف الطبي المدرسي (العام والأسنان) ومتابعة الحالات المرضية لدى المتعلمين مع ذويهم.

• تأمين الإسعافات الأولية الأساسية للحوادث المدرسية شرط أن يكون المرشد الصحي البيئي/ المسؤول الصحي قد خضع لدورة تدريبية في هذا المجال.

• إدارة الملف الصحي وملف الوضع الصحي والاجتماعي لكل متعلم.  
• المشاركة في الحملات الصحية الوقائية الوطنية ومنها على سبيل المثال لا الحصر البرنامج الوطني للوقاية من أمراض الفم والأسنان.

• الحملات الوطنية للتلقيح بمهمات تحدد بناءً لمتطلبات كل حملة.  
• متابعة الغياب المدرسي الأسبوعي من خلال استماراة الترصد الوبائي بالتنسيق مع إدارة المؤسسة.

• متابعة استحقاق الجرعات التذكيرية لجميع المتعلمين خلال العام الدراسي والتأكد من التزام الأهل بمتابعة لقادات أولادهم والزامية إعطائهما في موعدها بحسب الرزنامة الوطنية.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

- التأكد من توافر المعقم الكحولي (نسبة الكحول فيه لا تقل عن ٦٠٪) على مدخل القف و بكمية كافية، وإبلاغ عامل النظافة أو المرشد الصحي البيئي/ المسؤول الصحي فوراً عند دخول أي شخص.

- التحقق من التوزيع السليم للمقاعد الدراسية مع مراعاة المسافة الآمنة (متر ونصف).

- تنظيف وتعقيم المواد المستلزمات التعليمية.

- استبعاد كل الألعاب (في صفوف الروضات) أو المستلزمات التي يتم مشاركتها بين المتعلمين، والتأكد على المتعلمين بعدم جلب أي عاب من المنزل تفادياً لمشاركتها مع رفاقهم.

- تأمين علبة خاصة لكل من المتعلمين الصغار (متعلمي صفوف الروضة والحلقة الأولى) تحتوي على كل مستلزماته المدرسية (أقلام تلوين، مسطرة، ممحاة، الخ)

- التأكد من أن كل متعلم يقوم بتعقيم يديه بالمعقم الكحولي عند الدخول أو الخروج من الصف، وقبل وبعد الأكل خلال فترة الاستراحة.

- تكريس ٢٠ دقيقة من أول حصة تعليمية خلال أول يوم تعليمي لتوضيح المعلومات والإجراءات للوقاية من عدوى كوفيد-١٩، ورفع الوعي وتجنب الوصمة والتمييز لدى المتعلمين تجاه الأشخاص والأسر الذين لديهم عريض، وذلك باعتماد الطرق الناشطة ومراعاة الفئات العمرية للمتعلمين والاستناد إلى مضمون المنشورات والملصقات ذات الصلة والمتوفرة على الصفحة الإلكترونية لكل من وزارة التربية والتعليم العالي، وزارة الصحة العامة ومنظمة الصحة العالمية، واليونيسف. يتم التشدد على السلوكيات الصحية الصحيحة للوقاية من عدوى كوفيد-١٩، ونذكر منها:

- كيفية غسل اليدين بالطريقة الصحيحة ولمدة ٢٠ ثانية على الأقل.
- آداب العطس والسعال والتصرف السليم باستعمال المناديل الورقية وكيفية التخلص الآمن منها.

خلال العام الدراسي:

- التنسيق المستمر مع إدارة المؤسسة التعليمية لمتابعة المستجدات المتعلقة بالخطة المقررة لمنع انتشار عدوى كوفيد-١٩ داخل المؤسسة التعليمية.

- إعطاء التغذية الراجعة واللاحظات حول التطبيقات العملانية للخطة المقررة، والتعاون المستمر لملء التغيرات ومواجهة التحديات لضمان سلامة الجميع في المؤسسة التعليمية.

### مهام أعضاء الهيئة التعليمية المرتبطة بتنفيذ الإجراءات الوقائية في ظل جائحة كوفيد-١٩

- التواجد في الصف فور فتح المؤسسة وقبل وصول المتعلمين للتحضير لاستقبالهم واتخاذ الإجراءات الازمة لتأمين التباعد الاجتماعي بين المتعلمين وتنظيم توزيعهم على المقاعد الدراسية مع احترام المسافة الآمنة (متر ونصف) بين كل متعلم وأخر.

- تهوية الصالات لمدة عشر دقائق على الأقل قبل تواجد المتعلمين.

- الحرص على الإبقاء على تهوية مستمرة بقدر المستطاع وإن عبر فتح النوافذ ولو قليلاً حين لا تسمح الأحوال الجوية.

- تعقيم كل أستاذ/مدرس لمكتبه فور وصوله إلى الصالات، بالإضافة إلى تجهيزات المعلوماتية PC، LCD، الخ (إن وجدت).

- مساعدة الأستاذ/المدرس في عملية التعقيم المتكرر لمقابض الأبواب، والأسطح التي تلمسها اليدين بشكل متكرر، كل في صفة، لضمان بيئة صحية آمنة.

- في حال عدم توفر أو غياب المرشد الصحي البيئي/ المسؤول الصحي، يقوم أستاذ/ مدرس العلوم أو الكيمياء بمتابعة عامل النظافة أثناء تحضيره لمحلول الكلور، وذلك حرصاً على إجراء عملية تخفيف الكلور بالشكل الصحيح.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

- نظراً للغاء الاستراحة في الملعب والإستعاذه عنها باستراحة قصيرة داخل الصف، يبقى الأستاذ/المدرس في صفة لمراقبة المتعلمين لضمان التباعد الاجتماعي واحترام كل الإجراءات الوقائية كما مراقبة المتعلمين خلال الاستراحة المخصصة للوجبات الخفيفة، والتأكد من بقاء كل متعلم في مكانه وعدم مشاركة الطعام مع زملائه، علاوة على التشديد على تعقيم اليدين قبل وبعد الأكل.
- تنفيذ تمارين داخل الصف بين كل حصتين أو عند وقت الاستراحة ولمدة 5 دقائق للوقاية من آلام العاكس الفقري بالإضافة إلى تقنيات الاسترخاء والتنفس العميق للمتعلمين، مع احترام المسافة الآمنة.
- التعاون والتنسيق مع المسؤول الصحي بشكل يومي.
- تنظيم ذهاب المتعلمين إلى المرافق، بحيث يأخذ الأستاذ/المدرس بذهاب متعلم واحد فقط في الوقت نفسه ولا يأخذ آخر إلا بعد عودة الأول.
- حرصاً على حسن تنفيذ خطة المغادرة الآمنة للمتعلمين، وحيث تتم عملية المغادرة على دفعات، يقوم الأستاذ/المدرس بتنظيم خروج مجموعات المتعلمين من الصف، مجموعه تلو الأخرى بحسب الجدول الزمنية المقررة، على أن يقوم الشخص المكلف بمرافقتهم إلى مخارج المؤسسة التعليمية. يبقى الأستاذ/المدرس في الصف مع باقي المتعلمين ويرافق متعلمي الدفعة الثالثة والأخيرة إلى الملعب، وذلك وفق الآلية المحددة من قبل إدارة المؤسسة التعليمية.

- كيفية وضع واستخدام الكمامه بطريقة صحيحة والتخلص الآمن منها.
- احترام التباعد الاجتماعي.
- عدم مشاركة الأغراض الشخصية في ما بينهم.
- الحرص على تصحيح المفاهيم الخاطئة ونشر المعلومة الصحيحة بالإستناد إلى مراجع موثوقة، وتنبيه المتعلمين إلى عدم تصديق كل ما يتم تداوله على موقع التواصل الاجتماعي وتوجيههم نحو المصادر الموثوقة.
- توزيع المنشورات الصادرة عن وزارة التربية والتعليم العالي بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية وبدعم من اليونيسف على جميع المتعلمين.
- مراقبة المتعلمين وتحثهم على تطبيق السلوكيات السليمة واعتماد المسافة الآمنة بين شخص وأخر والتشديد المستمر على ضرورة تكرار غسل اليدين من خلال الاشراف والمتابعة.
- التأكد من أن كل متعلم يضع كمامته بشكل سليم على أنفه وفمه.
- الحد من تنقل المتعلمين في أرجاء الصف.
- مراقبة المتعلمين وإحاله كل من تظهر عليه إحدى العوارض المرضية (ارتفاع في الحرارة، ضيق نفس، سعال، آلام في الحلق، الخ) إلى المسؤول الصحي في المؤسسة التعليمية لإبقائه في غرفة الصحة ريثما يتم الإتصال بالأهل لاصطدامه ومتابعة وضعه الصحي، على أن يقوم المسؤول الصحي بمتابعة حالة هؤلاء المتعلمين/الطلاب الصحية من خلال التواصل الدوري مع الأهل.
- التذكير اليومي ولمدة 5 دقائق في اول حصة تعليمية عن الرسائل الصحية الأساسية السليمة/التباعد الاجتماعي، تكرار غسل اليدين بالطريقة الصحيحة ، آداب العطس والسعال، الاستخدام السليم للكمامه، الخ.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

### المهام التي يضطلع بها المكلفو من الهيئتين الإدارية والتعليمية بتنفيذ الإجراءات الوقائية

#### عند دخول المؤسسة التعليمية:

- التواجد باكراً عند دخول المؤسسة فور فتح أبوابها وقبل وصول المتعلمين للتحضير لاستقبالهم، مع اعتماد كل وسائل الحماية الشخصية (كمامة وتعقيم اليدين باستمرار بمعقم كحولي يحتوي على نسبة كحول لا تقل عن 70%) بهدف التأكد من الحالة الصحية للمتعلمين وجميع العاملين في المؤسسة.
- التأكد من أن المتعلم يضع كمامه وبطريقة صحيحة.
- أخذ درارة كل من يدخل إلى المؤسسة التعليمية باستخدام ميزان حرارة رقمي بالأشعة تحت الحمراء للجبين وذلك مع احترام المسافة الآمنة بينه وبين المتعلم/العامل (مدد الذراع على 18 درجة) والتنبه لوجود أي من العوارض المرضية/حرارة مرتفعة (37 ونصف درجة مئوية وما فوق)، سعال وعطس، ضيق أو صعوبة في التنفس، الخ.

**ملاحظة:**  
الأخذ بعين الاعتبار مدى دقة ميزان الحرارة المستخدم، إذ هنالك تفاوت بالدقة بين أنواع الموزعين المستخدمة. يتم إضافة 0,5 درجة على درجة الحرارة المشار إليها في الميزان (إذ إن دقة درجة الحرارة تفاوت بين ميزان وأخر من 2,0 إلى 1 درجة).

- في حال وجود أي من العوارض المرضية لدى:
- المتعلم القادر في باص المؤسسة أو في أي وسيلة نقل أخرى وبدون رفقة أحد أولياء أمره، يتم استقباؤه في غرفة الصحة والتواصل مع الأهل بهدف إعادته إلى البيت.
  - المتعلم القادر برفقة أحد أولياء أمره، يتم الاعتذار منهم لعدم عدم استقبال ولده لحين شفائته التام.

#### 0 - دور المكلفين من الهيئتين الإدارية والتعليمية بتنفيذ ومتابعة الإجراءات

#### تنسيق المكلفين مع إدارة المؤسسة التعليمية لضمان تنفيذ خطة العودة الآمنة إلى المؤسسة التعليمية.

#### خلال المرحلة التحضيرية:

- التعهد بالمشاركة حضورياً أو عن بعد في التدريبات الهدافة إلى رفع الوعي حول فيروس السارس كوف-2 وكيفية انتقاله والوقاية منه.
- الاطلاع على جدول مواعيد توافد ومغادرة المتعلمين المقرر من قبل إدارة المؤسسة التعليمية واستلام نسخة عن اللوائح الأساسية بجدولة المغادرة.
- الالتزام بجميع المهام الواردة أعلاه في الفقرة «المهام والمسؤوليات العامة / المرحلة التحضيرية».

#### خلال العام الدراسي:

- التعاون مع المرشد الصحي البيئي/المستؤول الصحي بهدف تنفيذ كل الإجراءات الوقائية المقررة والقيام بالمهام المطلوبة.
- التأكد من توفر كل مستلزمات الحماية الشخصية ومعقمات اليدين والطلب إلى إدارة المؤسسة تأمين اللازم عند الحاجة.
- التنسيق المستمر مع إدارة المؤسسة التعليمية لمتابعة المستجدات المتعلقة بالخطوة المقررة لمنع انتشار عدو كوفيد-19 في المؤسسة التعليمية.
- إعطاء التغذية الراجعة والملاحظات حول التطبيقات العمليّة للخطة المقررة، والتعاون المستمر لملء الثغرات ومواجهة التحديات لضمان سلامة المؤسسة التعليمية.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

### عند مغادرة المتعلمين:

- المرور على مختلف الصنوف لاستدعاء المتعلمين وفق الجدولة المقررة ومرافقتهم إلى الملعب مع اعتماد المسافة الآمنة وتوجيههم كل ندو الباص المناسب، مع التشديد عليهم باحترام كل الإجراءات الوقائية.
- تنظيم تواجد الأهل ومغادرة المتعلمين للمبني المدرسي بموازنة المكاففين من البلدية المعنية.

### ٦ - دور عامل النظافة بمتابعة وتنفيذ الإجراءات

#### متابعة إجراءات النظافة خلال فترة الأعمال التحضيرية / قبل بدء العام الدراسي

- التواجد خلال فترة التسجيل والمرحلة التحضيرية.
- المشاركة في الاجتماع مع المدير (ة) والمرشد الصحي البيئي/المشرف الصحي في المؤسسة بهدف التحضير لعودة المتعلمين الآمنة والمشاركة الفعالة بكل المهام المطلوبة.
- الاطلاع على تفاصيل التعاميم والقرارات الصادرة عن وزارة التربية والتعليم العالي حول الإجراءات الوقائية المعتمدة لتأمين عودة آمنة للمتعلمين والعاملين إلى المؤسسات التعليمية في ظل جائحة كوفيد-١٩ والمنوه عنها أعلاه، والعمل بموجبها.
- الالتزام بتنفيذ كل إجراءات الوقاية الشخصية المذكورة أعلاه.

- استلام المهام وفق البرنامج الأسبوعي المعد من قبل المرشد الصحي البيئي/ المسؤول الصحي وبالتنسيق مع المدير(ة).

- القيام بجولة مع المدير(ة) أو المرشد الصحي البيئي على المبني/الصنوف كلها، القاعات (المحاضرات، المعلوماتية، المكتبة، الرياضة، المختبر، الفنون، المسرح)، غرفة الصحة المدرسية، المراحيض، المطبخ، مصادر المياه، موقع الخزانات، الممرات والملاعب.

• أحد العاملين، يتم اتخاذ الإجراء ذاته اي العودة الى المنزل.

في جميع الحالات، يوصى بطلب العناية الطبية المبكرة والتواصل على الخط الساخن لوزارة الصحة العامة.

- رش المعقم الكحولي على يدي كل من يدخل المؤسسة.

- منع الانتظار عند مداخل المؤسسة التعليمية وداخل الملاعب من خلال تنظيم دخول وخروج المتعلمين والعاملين في المؤسسة، مع احترام المسافة الآمنة (متر ونصف) بين شخص وآخر، وتوجيه المتعلمين للالتحاق بصفوفهم فور الانتهاء من أخذ الدراية وتعقيم اليدين، على أن يقوم النظار في كل من الطوابق بالتأكد من دخول المتعلمين مباشرةً إلى صفوفهم حيث ينتظرونهم أستاذ/مدرس الحصة، ومنع تجمعهم في الممرات/الصالات.

- تنظيم تواجد أولياء الأمور عند مداخل المؤسسة، مع احترام المسافة الآمنة ومنع الانتظار.

### عند مداخل المراحيض:

- مراقبة مداخل المراحيض لتنظيم دخول المتعلمين إليها باعتماد كل الإجراءات الوقائية الازمة واحترام المسافة الآمنة في ما بينهم، على أن يقوم عامل النظافة بالتنظيف والتعقيم المستمر بعد كل مستخدم باعتماد الآلية المذكورة في بروتوكول التنظيف اليومي والتعقيم الدوري.

### في الممرات والملاعب:

- تنظيم تنقل المتعلمين في الممرات والملاعب ومنع التجمعات وتوجيه المتعلمين إلى الالتحاق بصفوفهم مباشرةً.

- التأكد من أن كل متعلم يضع الكمامة على أنفه وفمه بشكل سليم.

- التنبه لأي متعلم تظهر عليه عوارض مرضية وتوجيهه إلى المسؤول الصحي.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

- المساعدة في وضع إرشادات توجيهية للمحافظة على النظافة، في حال دعت الحاجة.

### متابعة البيئة المدرسية خلال العام الدراسي من خلال التنظيف اليومي والتعقيم الدوري لكل مرافق المؤسسة التعليمية

- التنظيف اليومي والتعقيم الدوري والمترکر لجميع الصفوف والغرف (وفقاً للتفصيل الوارد في بروتوكول التنظيف اليومي والتعقيم الدوري-عميم رقم ٩) وفق الوثيرة التالية:

- أرضية الصف: كنس وتنظيف وتعقيم مرّة في النهار.
- المقاعد الدراسية: يومياً.
- الطاولات الدراسية:
  - افراغ محتوى الطاولات يومياً بعد انصراف المتعلمين وتنظيفها وتعقيمها.
  - تعقيمها صباحاً قبل وصول المتعلمين.
  - تعقيمها قبل وبعد تناول الوجبة الخفيفة خلال الاستراحة.
  - تعقيمها بين الدوامين (حيث يُطبق).

#### ملاحظة:

يمكن للمتعلم أن يساهم في عملية تعقيم الطاولات الدراسية، بحيث يقوم كل متعلم بتعقيم طاولته صباحاً فور وصوله إلى الصف، وقبل تناول الطعام وبعده.

- مقابض الأبواب، مفاتيح الكهرباء، مقابض النوافذ وكل ما تلمسه اليد: تعقيم بشكل متكرر خلال النهار التعليمي، على أن يساهم الأساتذة والمدرسين في عملية التعقيم لمقابض الأبواب، والأسطح التي تلمسها اليد بشكل متكرر، كل في صفة، لضمان بيئة صحية آمنة.
- غرفة المعلوماتية: بالإضافة إلى التنظيف اليومي والتعقيم الدوري لهذه الغرفة، يجب تعقيم كل معدات المعلوماتية التي يتشاركها المتعلمون قبل استخدامها (يمكن للمتعلم أن يساهم في هذه العملية وأن يعمق المعدات التي سيستعملها .keyboard/mouse

- استلام خريطة شبكة المياه المفضلة من المدير(ة) والتي تشمل مصادر المياه، الخزانات والحنفيات.

- إتباع تعليمات المرشد الصحي البيئي/المؤسّول الصحي في المؤسّسة.
- الاطلاع على بروتوكول التنظيف والتعقيم اليومي والإرشادات التوجيهية والعمل بموجتها.
- الحرص دائمًا بالبدء بتنظيف الأماكن الأقل اتساخًا إلى الأماكن الأكثر اتساخًا ومن الأعلى إلى أسفل.
- البدء بحملة التنظيف الشاملة والتي تتضمن:
  - تنظيف الخزانات وتعقيمه.
  - تنظيف جميع الغرف/الصفوف، المكتبة، غرفة الصحة، غرفة الأساتذة، مكتب المدير(ة)، المختبرات، الخ في المؤسّسة.
  - تنظيف الممرات والسلالم والشرفات والمصاعد.
  - تنظيف الملاعب/الملعب.

- التعاون مع إدارة المؤسّسة التعليمية والتحضير الميداني لناديه.
- وضع خطة تنقل داخل المبني المدرسي تضمن التباعد الاجتماعي.
- وضع سهام وإشارات على الأرض لتحديد المسار الواجب اتباعه للتنقل والمسافة الآمنة وتسهيل الامتثال لقواعد التباعد الاجتماعي (على مداخل المؤسّسة التعليمية، المشارب، أمام الحانوت المدرسي، الممرات ومدخل كل صف).
- المساعدة في وضع إشارات على مداخل المراحيض وداخلها لضمان التباعد الاجتماعي، في حال دعت الحاجة (مثلاً: في حال تقارب المغاسل أو المبولات من بعضها، وضع إشارة على المغسلة أو المبولة لتحييدها عن الاستعمال لضمان مسافة متر ونصف بين كل مغسلة وأخرى وبين كل مبولة وأخرى).
- المساعدة في وضع إرشادات ورسومات توجيهية على الجدران وقرب المغاسل للاستعمال الآمن والسليم للمرحاض، في حال دعت الحاجة.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحّية وسلامة.

**ملاحظة رقم ١:**  
يقوم افراد فريق عمل التنظيف في الدوام الصباحي بتنفيذ عملية تنظيف الصفوف والمراحيض في نهاية الدوام وقبل تواجد المتعلمين غير اللبنانيين في دوام بعد الظهر. كما يقوم افراد فريق عمل التنظيف في الدوام المخصص وبعد الظهر بتنفيذ عملية تنظيف جميع مراافق المؤسسة التعليمية وخاصة الصفوف والمراحيض في نهاية الدوام المسائي.

**ملاحظة رقم ٢:**  
للمزيد من التفاصيل حول بروتوكول التنظيف والتعقيم وكيفية تنظيف وتعقيم الأشياء والأسطح الأكثر لمساً، الإطلاع على القسم الخامس من هذا الدليل.

### ٧ - دور المتعلمين في المساهمة في تنفيذ الإجراءات

وجوب متابعة تطبيق الإجراءات المذكورة أدناه المتعلقة بدور المتعلمين من قبل الهيئتين الإدارية والتعليمية والمرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي.



- **الوقاية الشخصية:**
  - غسل اليدين المتكرر بالماء والصابون لمدة ٢٠ ثانية على الأقل في الأوقات التالية:
    - عند الحاجة:
    - بعد استخدام المرحاض.
    - قبل وبعد تناول الطعام.
    - بعد تنظيف الأنف أو السعال أو العطس.
    - عند اتساخ اليدين.
  - فرك اليدين بعمق كدولي لا تقل نسبة الكحول فيه عن ٦٠٪ في الأوقات التالية:
    - عند الحاجة:
    - عند الدخول والخروج من الباص المدرسي.
    - على مدخل المؤسسة التعليمية.
    - عند الدخول والخروج من القاف.
    - بعد لمس الأسطح.

- افراغ سلال المهملات وتغيير الاكياس وقت الاستراحة وعند نهاية الدوام.
- التنظيف اليومي والتعقيم الدوري والمتكرر للممرات والسلام والشرفات والمصاعد وعند اللزوم وفق التالي:
  - أرضية الممرات، السلام والمصاعد: مرّة في النهار.
  - أزرار ومقابض المصاعد والدرازبين: تعقيم بشكل متكرر خلال النهار التعليمي.
- التنظيف اليومي والتعقيم الدوري للمراحيض بعد كل مستخدم وفق التالي:
  - تنظيف مقعد المرحاض وغطائه وقبض السيفون وقبض الباب وقفله وموزع ورق المراحيض.
  - تفريغ سلة المهملات على الأقل مرتين في اليوم بعد الاستراحة وعند نهاية الدوام.

- التنظيف اليومي للملعب وعند اللزوم.
- التقاط أو كنس الأوراق وبقايا الطعام يومياً ووضعها في المستوعب المخصص لكل منها بعد استراحة المتعلمين وفي نهاية الدوام.
- تفريغ المستوعبات يومياً وعند اللزوم وتغيير الكيس في كل منها.
- توثيق ساعات تنفيذ عملية التنظيف اليومي والتعقيم الدوري في الاستماراة المتعلقة بـ «تبّع التنظيف اليومي والتعقيم الدوري والمتكرر لجميع مراافق المؤسسة التعليمية» والمرفقة ربطاً. (يمكن للمرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي أن يساعد عامل النظافة في توثيق عملية التنظيف والتعقيم).

- التأكد بأن الممرات بين الصفوف تخضع للتهوئة بشكل مستمر.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

يمكن للمتعلم الذي لا تظهر عليه أية عوارض، العودة إلى المدرسة بعد مرور ١٤ يوماً بعد آخر احتكاك مع الشخص المصاب بعده كوفيد-١٩. وإذا كان المتعلم يعيش في المكان نفسه مع الشخص المصاب، يمكنه العودة إلى التعلم حضورياً بعد مرور ١٤ يوماً من تاريخ الشفاء التام للشخص المصاب والذي توقف عن إظهار أي عارض، على أن يتم الاستحصل على تقرير طبي من الجهات المعنية يثبت ذلك.

### الالتزام بالتوجيهات العامة المرتبطة بالخطوة الشاملة لتأمين عودة آمنة إلى المؤسسة التعليمية

التجاوب والتعاون المستمر مع إدارة المؤسسة التعليمية وكل أفراد الهيئتين التعليمية والإدارية لاسيما المرشد الصحي البيئي/المستوى الصحي والمكلفين بتنفيذ ومتابعة الإجراءات الوقائية من عدوى كوفيد-١٩ لحسن سير تنفيذ الخطوة:

#### - في الباص المدرسي:

- الالتزام بكل التوجيهات الصادرة عن مرافق سائق الباص المدرسي.
- التجاوب معه ليتمأخذ الحرارة قبيل الدخول إلى الباص.
- فرك اليدين جيداً بالمعقم الكحولي عند دخول الباص ومغادرته.
- الجلوس على المقعد الذي حدد له مرافق سائق الباص والحفاظ على المسافة الآمنة بينه وبين باقي المتعلمين.

• الالتزام بوضع الكمامة المستمر على الأنف والفم والتقيد باستخدامها السليم (الاطلاع على الإرشادات المفصلة في الجزء الثاني من الدليل).

• الحفاظ على الهدوء خلال الجولة.

• الاصغاء جيداً لتوجيهات مرافق سائق الباص عند الوصول إلى المؤسسة التعليمية لتنظيم خروج المتعلمين من الباص.

#### - عند الوصول إلى المؤسسة التعليمية:

- اتباع مسار التنقل المعتمد داخل المؤسسة التعليمية والمشار إليه بسهام وعلامات على الأرض والتوجه فوراً إلى الصن حيث يكون أستاذ/مدرس أول حصة تعليمية في انتظار المتعلمين.

• في حال لمس أغراض الآخرين في الصن، علماً بأن تشارك أغراض الشخصية ممنوع خاصة في ظل جائحة كوفيد-١٩.

- عدم لمس الوجه خاصة العينين، الفم والأنف (في الحالات الاضطرارية ضرورة غسل اليدين جيداً أولاً).

- احترام آداب العطس والسعال (في الكوع المثنى أو في منديل ورقي يتم التخلص منه فوراً وبطريقة آمنة في سلة نفايات مغلقة).

- احترام التباعد الاجتماعي (مسافة متر ونصف بينك وبين شخص آخر)، وتجنب الانتظار خاصة في المؤسسة التعليمية/الممرات، المراحيض، الملاعب.

- وضع كمامه على الأنف والفم عند الخروج من المنزل وقبل الدخول إلى الباص المدرسي أو قبل الدخول إلى المؤسسة التعليمية في حال المتعلم لا يستقل الباص، والتقيد باستخدامها السليم (الاطلاع على الإرشادات المشار إليها في الصفحة رقم ٨٠ من الدليل).

- عدم مشاركة الطعام أو الأغراض الخاصة مع الآخرين.

- التخلص الآمن من الكمامة الملوثة إذا كانت مخصصة للاستخدام الواحد فور الانتهاء من استخدامها، إذ توضع في كيس مخصص ومدكم الإغلاق أو تذكير الأهل بضرورة غسلها وتعقيمها يومياً إذا كانت مصنوعة من القماش (الاطلاع على الإرشادات المفصلة في الجزء الثاني من الدليل).

- البقاء في المنزل في حال الإحتكاك المباشر بأي حالة إصابة بعده كوفيد-١٩ أو مشتبه بإصابتها، وذلك لمدة ١٤ يوماً من تاريخ آخر احتكاك، على أن يقوم الأهل بإبلاغ وزارة الصحة العامة فوراً على الخط الساخن ٥٩٤٤٥٩٠١ واتباع كافة التوجيهات الصادرة عنها، لاسيما إجراءات العزل المنزلي.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

الآمنة أي مترين ونصف) خلال حصة التربية البدنية/الرياضية.

### - عند المغادرة:

- عند انتهاء اليوم الدراسي، الالتزام بتوقيت المغادرة بحسب الجدولة المقررة واتباع توجيهات الأستاذ/المدرس الذي سينظم خروج المتعلمين من الصف مجموعة تلو أخرى، لتتم مرافقتهم إلى مخارج المؤسسة التعليمية من قبل المكلفين بتنفيذ ومتابعة هذه الإجراءات.
- اتباع مسار التنقل المعتمد داخل المؤسسة التعليمية والمشار إليه باشارات وعلامات على الأرض.
- الحفاظ على مسافة آمنة بين متعلم وآخر.

### المساهمة في تأمين بيئة مدرسية صحية وآمنة

- المحافظة على نظافة المبني المدرسي بكل مراقبه واعتبار المؤسسة بيتهم الثاني وذلك من خلال:
  - عدم رمي النفايات في الملعب، أو داخل الصنوف (داخل الطاولات)، أو الممرات والسلالم وإنما داخل سلال المهملات المخصصة والالتزام بالفرز في حال توفر حاويات الفرز المختلفة في مبني المؤسسة.
  - عدم رمي المحارم الورقية في المرحاض والمغاسل وإنما في السلال المخصصة.
  - عدم رش المياه على أرض المراحيض وأمام المشراب.
  - عدم البصق نهائياً.
- عدم الكتابة على الجدران كافة، وعلى الطاولات وسور الملعب.
- عدم نفخ ممحاة اللوح لتفادي الغبار الصادر عنها.

- تعقيم المتعلم لطاولته الدراسية: حيث يقوم أستاذ الصف في أول حصة تعليمية وبعد وقت الاستراحة بالمرور بين المتعلمين لرش معقم كحولي للأسطح/سيبرتو (نسبة الكحول لا تقل فيه عن ٧٠٪) على كل طاولة دراسية، ويقوم المتعلم بدوره باستعمال منديل ورقي لمسح طاولته وتعقيمه.

• عدم الإدتكاك بالرفاق والزملاء في الملعب والممرات واحترام قواعد التباعد الاجتماعي وتفادي التجمعات كما هو مذكور أعلاه.

### - في الصف:

- تعقيم اليدين بالمعقم الكحولي عند الدخول أو الخروج من الصف وعند لمس الأسطح.
- المحافظة على توزيع المقاعد الدراسية كما هو لضمان المسافة الآمنة بين متعلم وآخر (مترا ونصف).
- عدم شارك الأغراض الخاصة مع الآخرين وإعادتهم إلى العلبة الخاصة به والتي تحتوي على كل مستلزماته المدرسية (أقلام تلوين، مسطرة، ممحاة، الخ)
- الالتزام بالجلوس على المقعد المخصص لكل متعلم، وعدم تبادل المقاعد والحدّ من التنقل في أرجاء الصف.
- الالتزام بعدم التنقل بين الصفوف.
- إعلام الأستاذ/المدرس فوراً عند الشعور بأي عارض عرضي واتباع توجيهاته.
- الالتزام بوضع الكمامة المستمر على الأنف والفم والتقيّد باستخدامها السليم.
- التقيّد بكل الإجراءات الوقائية المذكورة أعلاه في فقرة «الوقاية الشخصية».
- التجاوب مع إرشادات أستاذ/مدرس الحصة في وقت الاستراحة لتمضيتها في الصف في جو من الهدوء ليتمكن الجميع من الاستفادة من هذا الوقت لأخذ قسط من الراحة.

### - في الملعب:

- الالتزام بالإصطفاف في المكان المخصص لشعبته والوقوف على النقاط المحددة على أرض الملعب في حال تم اتخاذ قرار نزول المتعلمين إلى الملعب في وقت الاستراحة من قبل وزارة التربية والتعليم العالي.
- الالتزام بالوقوف على النقاط المحددة للانتظار أمام الحانوت المدرسي/المطعم المدرسي/الكافيتيريا لضمان التباعد الاجتماعي في حال تم اتخاذ قرار بفتح الحانوت من قبل وزارة التربية والتعليم العالي.
- الالتزام بالمساحة المحددة لكل متعلم والمحددة على أرض الملعب (المسافة



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

- توجيهات عامة في حال الشعور بتوعك أو عارض مرضي أثناء الدوام المدرسي
- إبلاغ المرشد الصحي البيئي/المؤول الصحي أو الأستاذ/المدرس فوراً.
- التجاوب مع المسؤول الصحي لأخذ الحرارة واستبدال الكمامة بأخرى طبية إذا استدعت الحاجة.
- اتباع التوجيهات والبقاء في غرفة الصحة لحين وصول الأهل.
- العودة إلى المؤسسة عند الشفاء التام وتقديم تقرير طبي يفيد بذلك إلى إدارة المؤسسة.

### ٨ - دور الأهل وأولياء الأمور في تنفيذ الإجراءات وتعزيز السلوكيات الصحية عند الأطفال

#### الوقاية الشخصية:

- غسل اليدين المتكرر بالماء والصابون لمدة ٢٠ ثانية على الأقل.
- فرك اليدين بمعقم كحولي لا تقل نسبة الكحول فيه عن ٦٠٪ عند الحاجة.
- عدم لمس الوجه خاصة العينين أو الفم أو الأنف (في الحالات الاضطرارية ضرورة غسل اليدين جيداً أولاً).
- احترام آداب العطس والسعال (في الكوع المثنى أو في منديل ورقي يتم التخلص منه فوراً وبطريقة آمنة).
- احترام التباعد الاجتماعي (مسافة متر ونصف بينك وبين شخص آخر)، وتجنب الانتظار.

- التخلص الآمن والفوري من المناديل الورقية الملوثة (بعد تنظيف الأنف أو السعال أو العطس) في سلة المهملات.

- الاستعمال الصحيح للمراحيف وغسل اليدين فور الانتهاء من استخدامها بالماء والصابون لمدة ٢٠ ثانية على الأقل.

#### التربية الصحية البيئية:

- المشاركة الفعالة والتجاوب مع المرشد الصحي البيئي/المؤول الصحي أو الأستاذ/المدرس عند تقديم أي نشاط.

- التعبير عن المشاعر وطرح الأسئلة حول فيروس السارس - كوف - ٢ المسبب لمرض كوفيد-١٩ لتوضيح كل المعلومات المرتبطة بهما وتبييد المخاوف من خلال التشديد على فعالية تنفيذ الإجراءات الوقائية.

- إفاده باقي أفراد الصف، والزملاء والرفاق من خلال تشارك المعلومات المهمة والصححة.

- حتّى الأصدقاء على اعتماد المصادر الموثوقة/وزارة التربية والتعليم العالي، وزارة الصحة العامة، وزارة الداخلية ووزارة الاعلام والمنظمات /منظمة الصحة العالمية، الصليب الاحمر واليونيسف للحصول أو للاستفسار عن أيّة معلومة.



- تقديم الدعم لزملائهم خاصة الذين لديهم أي عوارض مرضية من خلال استخدام وسائل التواصل عن بعد.





## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

- غسل اليدين بالماء والصابون فور الوصول إلى المنزل وبشكل متكرر عند الحاجة (وفق الإرشادات المشار إليها في الجزء الثاني من هذا من الدليل).

- التخلص اليومي والأمن للنفايات الصلبة.

### التنسيق والتعاون المستمر بين الأهل وإدارة المؤسسة التعليمية

بالتوازي مع دور الأهل الأساسي في العملية التربوية، فإن لهم دوراً إضافياً ومدحورياً في تعزيز التوعية لدى أولادهم باتباع السلوكيات والممارسات الصحية، التي يجب أن تبدأ منذ الصغر، حتى تصبح ثقافة يمارسها الأطفال في حياتهم اليومية.

وعلى ضوء الحالة الاستثنائية التي يعيشها العالم في مواجهة فيروس السارس كوف-٢، فإن توعية الأهل لأولادهم على أهمية تنفيذ كل الإجراءات الوقائية والمحافظة على العادات والسلوكيات الصحية السليمة، تُعد أمراً أساسياً لحماية صحة المجتمع ككل ومنها غسل وتعقيم اليدين، اتباع آداب العطس والسعال، عدم لمس الفم والأنف والعينين قبل غسل اليدين، الخ.

وتشدد وزارة التربية والتعليم العالي على أهمية الوقاية وتعزيز الوعي المجتمعي لمواجهة فيروس السارس كوف-٢، وتركز على أهمية الشراكة مع الأهل لتحقيق ذلك، من خلال العمل معًا على تطبيق الإرشادات الوقائية وترسيخها لدى كل أفراد الأسرة، لتصبح سلوكاً صحيًا ونمط حياة.

يساهم الأهل في هذه الشراكة من خلال:

- اعتماد كل الإجراءات الوقائية وتنفيذ السلوكيات الصحية أمام أولادهم إذ إن الأولاد يتمثلون دائمًا بأهلهما ويتعلّمون من خلال التطبيق والممارسة.

- الالتزام بكل القرارات الصادرة عن وزارة التربية والتعليم العالي والعمل بموجتها (والمنوه عنها في النشرة المرسلة من قبل إدارة المؤسسة التعليمية).

- التقييد بجدولة مواعيد وصول/مغادرة المتعلمين بحسب الحلقات والمراحل التعليمية منعاً للاكتظاظ على مداخل المؤسسة التعليمية.

- وضع كمامات على الأنف والفم عند التواجد على مداخل/مخارج المؤسسة التعليمية والتقييد باستدامها السليم.

- الإستخدام السليم للكمامات والتخلص الآمن منها إذا كانت مخصصة للاستخدام الواحد أو غسلها وتعقيمها يومياً إذا كانت مصنوعة من القماش (الإطلاع على الإرشادات المفصلة في الجزء الثاني من الدليل).

- البقاء في المنزل في حال الإحتكاك المباشر بأي حالة إصابة بعدها كوفيد-١٩ أو مشتبه بإصابتها، وذلك لمدة ١٤ يوماً من تاريخ آخر احتكاك، وإبلاغ **وزارة الصحة العامة** فوراً على الخط الساخن **٥٩٤٤٥٥١** والالتزام بالتوجيهات الصادرة عنها لاسيما إجراءات العزل المنزلي والمنوه عنها في الجزء الثاني من الدليل.

### تأمين بيئة منزلية صحية سليمة

- تأمين مياه آمنة

- التنظيف اليومي والتعقيم الدوري لضمان بيئة منزلية صحية، مع التشديد على التعقيم المتكرر للأسطح التي تلمسها اليدين (وفق بروتوكول التنظيف اليومي والتعقيم الدوري المشار إليه في الجزء الثاني من هذا الدليل).

- التخلص الآمن من وسائل الحماية الشخصية الملوثة (كمامة، قفازات، الخ) فور الإنبعاث من استخدامها، إذ توضع في كيس مخصص ومدحوم بالإغلاق (وفق الإرشادات المشار إليها في الجزء الثاني من هذا الدليل).

- غسل الكمامات (المصنوعة من القماش) التي يستخدمها أفراد العائلة يومياً.

- تفادى التنقل في المنزل بالأحذية التي استخدمت في الخارج وخلعها فور الوصول إلى المنزل وتعقيم كعب الأحذية بمعقم منزلي.

- التعقيم اليومي لأغراض أولادهم التي يتم استخدامها في المؤسسة التعليمية/الحقيقة المدرسية، الكتب، الأقلام، الخ.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

### متابعة صحة الأولاد من قبل أولياء امرهم

- التنبه لأى عارض مرضي أو ارتفاع في درجة حرارة أولادهم وأخذ الحرارة صباحاً قبل الذهاب إلى المؤسسة التعليمية.

#### ملاحظة:

الأخذ بعين الاعتبار مدى دقة ميزان الحرارة المستخدم إذ هنالك تفاوت بالدقة بين أنواع الموزعين المستخدمة (ميزان للأذن، ميزان رقمي للأشعة تحت الحمراء للجبين، ميزان للفم أو فتحة الشرج حيث يعتبر الأخير أكثر دقة). إذا تم أخذ الحرارة في الفم أو فتحة الشرج تعمد درجة الحرارة كدرجة نهائية، وفي حال تخطت ٣٧,٥ يتم استبقاء الولد في المنزل. أما إذا أخذت من خلال ميزان رقمي للجبين أو للأذن، يتم إضافة ٠,٥ درجة على درجة الحرارة المشار إليها في الميزان (إذ إن دقة درجة الحرارة تتفاوت بين ميزان وآخر من ٢,٠ إلى ٤ درجة).

- متابعة لقاحات أولادهم وإلزامية إعطائهما في موعدها بحسب الرزنامة الوطنية حتى في الظروف الاستثنائية المرتبطة بجائحة كوفيد-19 وبتداعياتها الاقتصادية والإجتماعية، علماً بأن إدارة المؤسسة التعليمية ستعمل في بداية العام الدراسي على إ حالة أي متعلم متسرّب من اللقاحات مع ذويه إلى مراكز الرعاية الصحية الأولية بهدف أخذ كل اللقاحات المستحقة والجرعات التذكيرية الازمة وذلك قبل تسجيله.



- التشديد على ضرورة تناولوجبة صحية قبل مغادرة المنزل وإرسالوجبة صحية خفيفة مع أولادهم إلى المؤسسة التعليمية، واعتماد نظام غذائي صحي ومناسب.



- اختيار المصادر الثقافية الصحيحة والموثوقة للمعلومات، وعدم الانصياع وراء الشائعات وتناقلها بين أفراد الأسرة، والعمل على تصحيح المعلومات المغلوطة، وكذلك توجيه الأولاد إلى كيفية اختيار المصادر الموثوقة للحصول على المعلومة الصحيحة في ظل الانتشار الواسع والعشوائي للمعلومات على وسائل التواصل الاجتماعي، علماً بأن المعلومات المغلوطة قد تزيد من حالات القلق والخوف غير المبرر بين أفراد العائلة.

- تأمين كمامات مصنوعة من القماش كحد أدنى، لكل ولد من أولادهم لتغطية الفم والأنف، على أن يضعها على وجهه فور خروجه من المنزل ولدين عودته وغسلها وتعقيمها (وفق الإرشادات المشار إليها في الجزء الثاني من هذا الدليل).

- إبلاغ إدارة المؤسسة التعليمية هاتفياً في اليوم ذاته الذي يتغيب فيه ولدهم عن المؤسسة لشرح سبب الغياب وإرسال تقرير طبي في المرحلة الأولى لتحديد الحالة المرضية، وإرسال تقرير يثبت الشفاء التام لتمكين المتعلم من المشاركة حضورياً في التعليم.

- التعاون والتجاوب مع المكلفين على مداخل/مخارج المؤسسة التعليمية لضمان التباعد الاجتماعي ومنع الاتكاظ حفاظاً على سلامة الجميع.

- التعاون مع إدارة المؤسسة التعليمية والمرشد الصحي البيئي/المستوى الصحي لمعلم أو تحديث الملف الصحي الاجتماعي للمتعلم (خاص بالمدارس والثانويات الرسمية)، خاصةً لنادية المعلومات المتعلقة بالأمراض التنفسية الحادة /الأمراض المزمنة/ضعف مناعة وذلك حفاظاً على صحة ولدهم وبهدف تقديم كل الدعم اللازム، علماً بأن جميع المعلومات هي سرية ولن تتم مشاركتها مع أحد.

- التعاون والتجاوب مع إدارة المؤسسة لتنفيذ جميع الإجراءات الوقائية خلال العام الدراسي وتقديم الدعم حيث يجب.

- التواصل مع المرشد الصحي البيئي/المستوى الصحي لأى استفسار أو للتعبير عن أية مخاوف، الخ.

- الاستدلال على تقرير طبي من الجهات المختصة للولد الذي يعاني من أمراض مزمنة ومتعددة يحدد فيه الحالة الصحية الاستثنائية التي يعاني منها. وبناءً عليه، وإذا كان وضعه الصحي دقيقاً، تقوم وزارة التربية والتعليم العالي باتخاذ الإجراءات المناسبة والتي تتماشى مع خصوصية وضعه الصحي لحمايته.



## القسم الرابع: الأدوار والمسؤوليات لضمان بيئة تعليمية صحية وسليمة.

كان المتعلم يعيش في ذات المكان مع الشخص المصاب، يمكنه العودة إلى التعلم حضورياً بعد مرور ٤١ يوماً من تاريخ الشفاء التام للشخص المصاب والذي توقف عن إظهار أي عارض، على أن يتم الاستحصال على تقرير طبي من الجهات المعنية يثبت ذلك.

- إبلاغ **وزارة الصحة العامة** فوراً على الخط الساخن ٠١/٥٩٤٤٥٩ واتباع كل التوجيهات الصادرة عنها.
- إبلاغ إدارة المؤسسة التعليمية في النهار ذاته (والتي بدورها تتکفل بإبلاغ **وزارة التربية والتعليم** على الخط الساخن لوحدة التربية الصحية البيئية في جهاز الارشاد والتوجيه على الرقم ٠١/٧٧٢١٨٦).
- اعتماد إجراءات الحجر المنزلي الصادرة عن وزارة الصحة العافة.
- مراقبة الذات والأولاد خلال هذه الفترة والتنبه لظهور أي عارض مرضي /سعال وعطس، ضيق أو صعوبة في التنفس، حرارة مرتفعة، الخ.
- في حال ظهور أي عارض مرضي بالإتصال فوراً بوزارة الصحة العافة لإبلاغها بالتطورات والتقييد بكل التوجيهات الصادرة عنها.
- التعاون وال التجاوب مع متطوعي وزارة الصحة العافة الموكلين بمتابعة حالة العائلة الصحية من خلال التواصل الهاتفي.
- التعاون مع البلدية الموكلة بمتابعة حالة العائلة الصحية والتجاوب معها لضمان حسن سير تنفيذ الحجر المنزلي.

توجيهات عامة في حال ظهور أي من العوارض المرتبطة بعدهوى كوفيد-١٩ و/أو حرارة مرتفعة

- في حال ظهور حرارة مرتفعة (فوق ٣٧,٥ درجة) أو وجود أي من المؤشرات المرضية لأحد أفراد العائلة، الالتزام بما يلي:
  - عدم إرسال أي من الأولاد إلى المؤسسة التعليمية.
  - إبلاغ إدارة المؤسسة التعليمية في اليوم ذاته والتي بدورها تتکلف بإبلاغ وزارة التربية والتعليم على **الخط الساخن لوحدة التربية الصحية البيئية في جهاز الإرشاد والتوجيه على الرقم ٠١/٧٧٢١٨٦**.
  - التواصل مع **وزارة الصحة العامة على الخط الساخن ٠١/٥٩٤٤٥٩** للحصول على الإرشادات الازمة والتقييد بكل التوجيهات لا سيما تلك المتعلقة بإجراء فحص الكشف عن عدوى كوفيد-١٩ (RT-PCR) والتماس الرعاية الصحية مبكراً.
  - التقييد بكل التوجيهات الصادرة عن وزارة الصحة العافة وخصوصاً الإجراءات المتعلقة بالحجر المنزلي.
  - التعاون وال التجاوب مع متطوعي وزارة الصحة العافة الموكلين بمتابعة حالة العائلة الصحية من خلال التواصل الهاتفي.
  - التعاون مع البلدية الموكلة بمتابعة حالة العائلة الصحية والتجاوب معها لضمان حسن سير تنفيذ الحجر المنزلي.

توجيهات عامة في حال الإحتكاك بحالة إصابة بفيروس السارس كوف-٢ أو مشتبه بإصابتها

- في حال احتكاك أحد أفراد العائلة بحالة إصابة بعدهوى كوفيد-١٩ أو مشتبه بإصابتها، الالتزام بما يلي:
  - عدم إرسال أي من الأولاد إلى المؤسسة التعليمية وذلك لمدة ٤١ يوماً من تاريخ آخر احتكاك. يمكن للمتعلم الذي لا تظهر عليه أية عوارض، أن يعود إلى المدرسة بعد مرور ٤١ يوماً بعد آخر احتكاك مع الشخص المصاب بعدهوى كوفيد-١٩. وفي حال



## القسم الخامس: إرشادات صحية

### ١ - الإستخدام السليم للكمامات

وتجدر الإشارة إلى توفر كمامات مع واجهة بلاستيكية شفافة لتمكين الأشخاص الذين يعانون من ضعف سمعي من قراءة الشفاه عند الآخر والتواصل الاعتيادي مع الآخرين.

#### من يجب أن يضع كماماً (طبية أو مصنوعة من القماش) في المؤسسة التعليمية؟

- كل أفراد الهيئة الإدارية والتعليمية وكل العاملين في المؤسسة التعليمية.
- كل المتعلمين في جميع الحلقات التعليمية بدءاً من الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، مع الأخذ بعين الاعتبار الاستثناءات المذكورة أدناه.
- كل شخص راشد يدخل المؤسسة التعليمية (الأهل، عامل الصيانة، من يسلم السلع للحانوت المدرسي، الخ).
- كل من يستقلّ الباص المدرسي.
- سائق الباص المدرسي ومرافقه في الجولة.
- الأهل أثناء تواجدهم على مداخل المؤسسة التعليمية (عند التوافد والمغادرة).

#### من يُستثنى من وضع الكمامه ويمكّنه الاستعاضة عنها بواقي الوجه؟

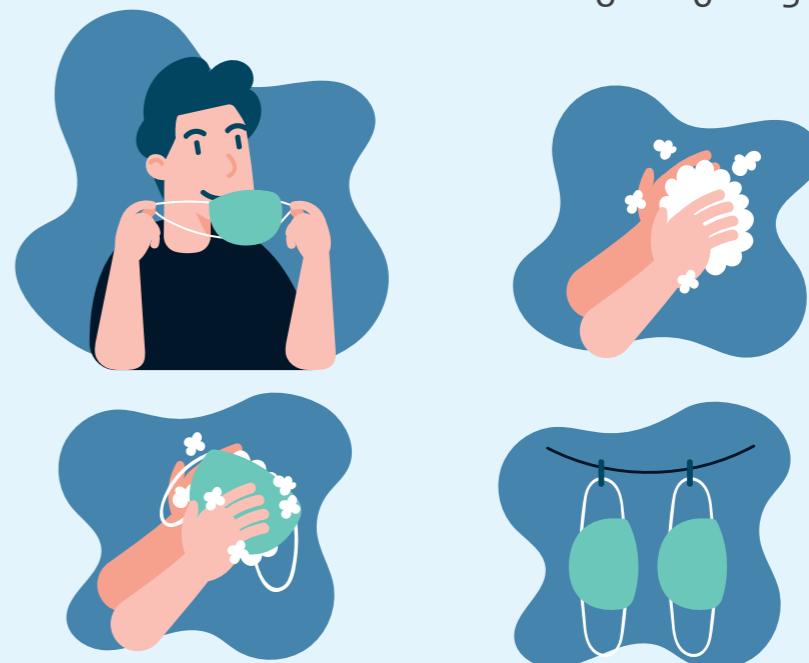
- المتعلّمون في الروضات.
- الأشخاص الذين لديهم مشاكل تنفسية/حساسية، ربو.
- الأشخاص الذين لديهم احتياجات خاصة/غير قادرين على إزالة الكمامه بأنفسهم بدون مساعدة.
- أي شخص يقدم تقريراً طبياً يفيد بعدهم استطاعته وضع الكمامه لأسباب مرضية.

#### ملاحظة:

يجب تنظيف واقي الوجه بالماء والصابون، ثمّ شطفه بالماء وتعقيمه باستعمال معقم كحولي (نسبة الكحول فيه لا تقل عن ٧٠٪)، ومرة واحدة في النهار على الأقل. كما ينبغي الامتناع عن لمس الوجه أثناء التنظيف والتعقيم وغسل اليدين فوراً بالماء والصابون بعد ذلك.

استناداً إلى ما نعرفه عن طرق انتقال عدوى كوفيد-19 وأثر قطرات الجهاز التنفسي/ الرذاذ (المنبعثة عبر الكلام، السعال، العطس) في انتشار فيروس السارس - كوف-2 (SARS-CoV-2) المسبب لهذه العدوى، وربطاً بالأدلة الصادرة عن بعض الدراسات السريرية والمخبرية التي تبين أن تغطية الأنف والفم بكمامة سواء كانت طبية أم مصنوعة من القماش Cloth mask (مصنوعة من ثلاث طبقات من القماش كحد أدنى، وبمقاس ملائم لوجه الشخص بحسب الفئة العمرية) تقلل من انتشار الرذاذ، فإنّ وزارة التربية والتعليم العالي تشدد على إلزامية استخدام الكمامة في المؤسسات التعليمية (أو واقي الوجه/ Face shield لبعض الحالات التي سنددها أدناه) للمساعدة في منع قطرات الجهاز التنفسي/الرذاذ من انتشارها في الهواء والوصول إلى الأشخاص الآخرين أو السقوط والالتصاق بالأسطح.

يجوز اعتبار واقي الوجه/ Face shield بمثابة البديل عن الكمامة غير الطبية/Cloth mask لبعض الحالات المبنية لاحقاً في سياق الفقرة المتعلقة بالإستثناءات مع الأخذ بعين الاعتبار بأنها أقل فعالية من الكمامة في ما يتعلق بمنع انتشار الرذاذ أو القطيرات. وإذا توجب استخدام واقي الوجه، يجب التأكد من ملاءمة التصميم لتغطية جوانب الوجه وأسفل الذقن.



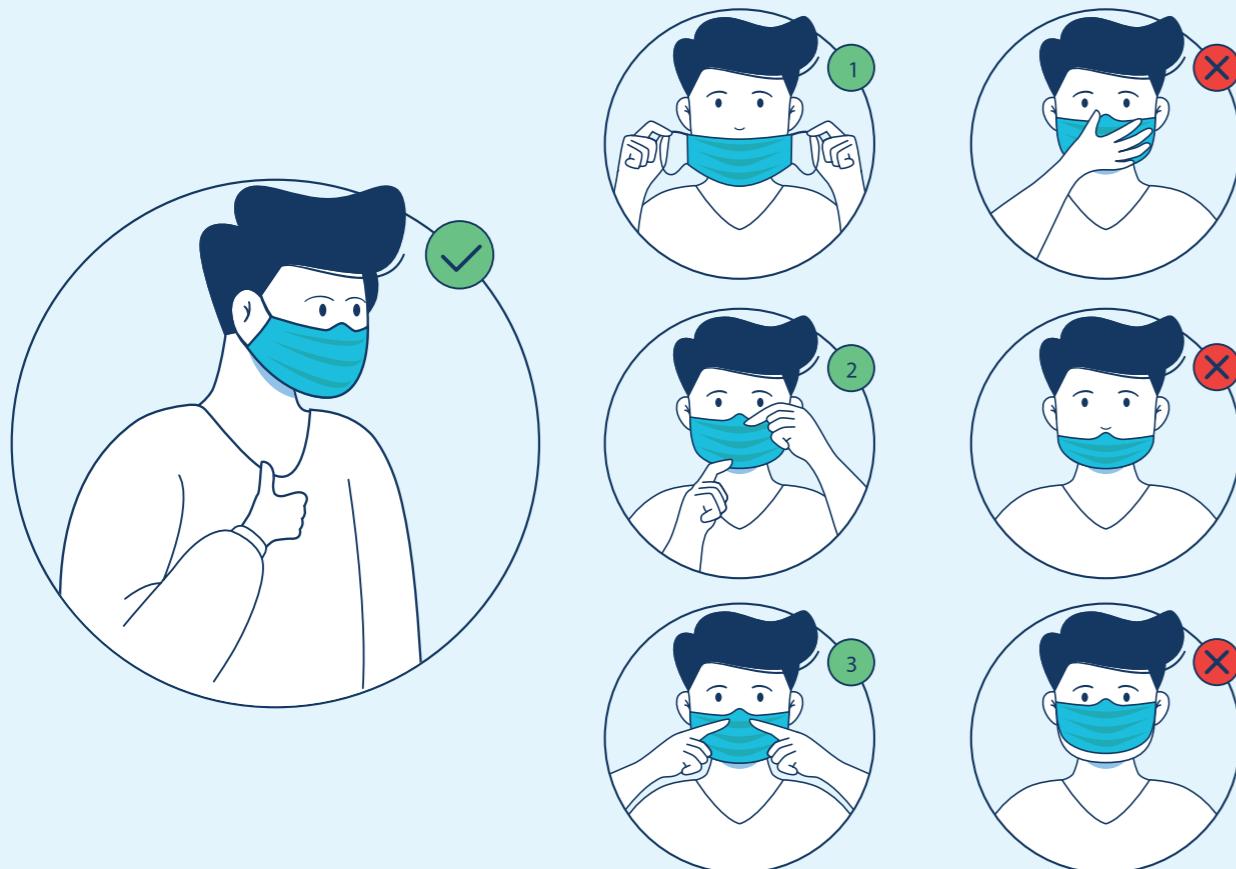


## القسم الخامس: إرشادات صحية

### ١- الإستخدام السليم للكمامات

**ملاحظة رقم ٣:**  
يجب غسل الكمامات المصنوعة من القماش يومياً والإلتزام بالإستخدام الواحد للكمامات الطبيعية والتخلص الآمن منها. المزيد من التفاصيل حول الإستخدام السليم للكمامات، الاطلاع على الدليل الصحي للمؤسسات التعليمية حول الإجراءات الوقائية لمنع إنتقال وإنشار فيروس سارس - كوف-2 (SARS-CoV-2) المسبب لعدوى كوفيد-19.

**الجزء الثاني: معلومات تنفيذية وتنوعية حول الوقاية الشخصية والمجتمعية.**



#### من يتوجب عليه ارتداء كمامات طبية؟

- كل من يظهر عليه ارتفاع في درجة حرارة الجسم أو أي من العوارض المرضية (المذكورة سابقاً في هذا الدليل) خلال الدوام الدراسي ريثما يتم إرساله إلى المنزل أو مركز الرعاية الصحية للاتصال العناية الطبية المبكرة.
- كل من يعتني/أو على اتصال مباشر بشخص تظهر عليه عوارض مرضية (مثل المرشد الصحي البيئي/المسؤول الصحي).
- كل من لديه أمراض مزمنة: أمراض رئوية حادة (على سبيل المثال: الربو الحاد)، أو المناعة الضعيفة (الذى يخضع للعلاج الكيميائي أو علاج الكورتيزون طويل الأمد)، أمراض القلب والشرايين وأمراض السكري في حال عدم التمكن من ضمان التباعد الاجتماعي (على الأقل مسافة متر ونصف).
- الأشخاص الذين يزيد عمرهم عن الستين عاماً في حال عدم التمكن من ضمان التباعد الاجتماعي (على الأقل مسافة متر ونصف).

**ملاحظة رقم ٤:**  
وضع الكمامات فقط غير كافٍ للحماية من عدوى كوفيد-19، إنما يجب أن يتلازم مع اعتماد كل الإجراءات الوقائية المذكورة أدناه:

- تجنب التجمعات والأماكن المكتظة.
- الحفاظ على المسافة الآمنة (على الأقل مسافة متر ونصف) بين شخص وآخر.
- غسل اليدين بشكل متكرر بالماء والصابون أو تعقيمها باستخدام معقم كحولي.
- اعتماد آداب العطس والسعال.
- الامتناع عن لمس الفم والأنف والعينين قبل غسل اليدين جيداً.

**ملاحظة رقم ٥:**

- لا تُعد استخدام الكمامات المخصصة للاستعمال الواحد.
- قم باستبدال الكمامات بأخرى نظيفة وجافة في حال أصبحت رطبة أو ممزقة.
- لا تلمس الجهة الخارجية للكمامات.
- لا تتنزع الكمامات للتحدث مع الآخرين.
- لا تشارك كمامتك مع الآخرين.
- لا تضع الكمامات أسفل الأنف أو الذقن.



## القسم الخامس: إرشادات صحية

### ٢ - كيفية تنظيف وتعقيم الأشياء والأسطح لمساً



- آلية تنظيف وتعقيم الأسطح التي يتم لمسها بشكل متكرر:
- الاستخدام السليم لمعدّات الوقاية الشخصية كالقفازات والملابس الواقية والأدبية الواقية.
- الفرك باستخدام المياه النظيفة/الأمنة والمنظفات المنزليّة المعروفة.
- الشطف بشكل مكثف لإزالة كل بقايا المنظفات التي قد تتفاعل مع المعقم.
- بعد الشطف المناسب، التعقيم باستخدام مُبيّض منزلي كمعقم (كلور يحتوي على ١٪ هيبوكلوريت الصوديوم<sup>٣</sup>).

- آلية تنظيف وتعقيم الأسطح الملوثة بسوائل الجسم (خاصة الإفرازات/السوائل عن طريق الجهاز التنفسي والبراز) باستخدام المُبيّض المنزلي اساسه الكلور (بنسبة ١٪ من هيبوكلوريت الصوديوم):
- ارتداء معدّات الوقاية الشخصية المناسبة (القفازات والكمامة) مع الحفاظ على غسل اليدين قبل وبعد ارتداء/استخدام معدّات الوقاية الشخصية.
- استخدام مناشف قابلة لامتصاص السوائل أو الإفرازات من الأسطح ذات الاستعمال الواحد. والتخلص الفوري من المناشف في مستوى للنفايات مخصص للنفايات المعدية، وتكون ذات غطاء محكم.
- تنظيف الأسطح جيداً باستخدام المياه والمنظفات المنزليّة عبر الفرك ومن ثم الشطف.
- يلي الشطف التعقيم باستخدام مُبيّض منزلي كمعقم (كلور يحتوي على ١٪ هيبوكلوريت الصوديوم).
- السماح للمعقم أن يبقى على الأسطح لمنحك الوقت الكافي للتفاعل مع الكلور (حوالي ١٠ دقائق).
- أخيراً يجب تنظيف وتعقيم جميع مستلزمات التنظيف والمعدّات القابلة لإعادة الاستخدام.

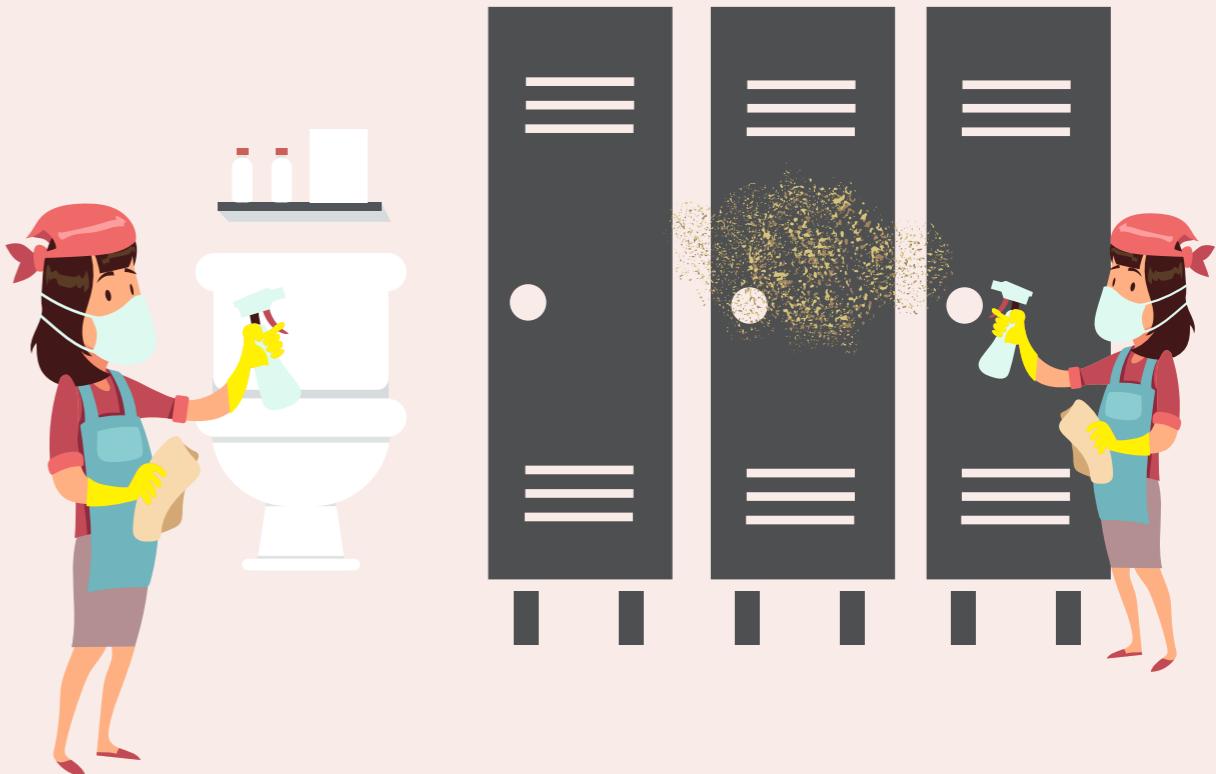
- تنظيف وتعقيم الأسطح الأكثر لمساً كأسطح الطاولات، ومقابض الأبواب، والحمام وما بداخله من مغاسل وحنفيات، ومقابض النوافذ، وأسطح المكاتب وأجهزة التحكم عن بعد، ولوحة مفاتيح الكمبيوتر، والأجهزة الإلكترونية اللوحية، والهاتف.

- يجب التأكد من نظافة وتعقيم جميع المرافق ومقابض الأبواب، ومرافق غسل اليدين بانتظام.

- يجب اتباع الخطوات التالية في التنظيف والتعقيم:

- تنظيف الأسطح من الأقل تلوثاً أو اتساخاً إلى الأماكن الأكثر تلوثاً أو اتساخاً.
- تنظيف الأسطح من الأعلى إلى الأسفل.
- تنظيف الأسطح بطريقة منتظمة.

- التنظيف والتعقيم الفوري للأسطح الملوثة بسوائل الجسم أو بالإفرازات من الجهاز التنفسي.



<sup>٣</sup> بحسب توصيات منظمة الصحة العالمية، تم تحديد نسبة تركيز محلول هيبوكلوريت الصوديوم وتخفيفها من ٥٪ إلى ١٪. اقتضى توضيح هذه المعلومة لأن التعميم المرفق ربطاً والمادر في بداية كورونا يوصي باستخدام نسبة تركيز ٥٪ بحسب توصيات منظمة الصحة العالمية آنذاك.



### ٢ - كيفية تنظيف وتعقيم الأشياء والأسطح لمساً

- أو إضافة ٤ ملاعق (أو ٢٠ ملليترًا) من المبيض المنزلي-الكلور (تركيز ٥٪) إلى ليتر واحد من المياه النظيفة للحصول على محلول بحجم ليتر واحد جاهز للتعقيم (١:٥ تخفيف ٥٪ من مبيض المنزلي-الكلور).
- من الجدير بالذكر أن عملية تحضير محلول من الكلور هي مسؤولية المرشد الصحي البيئي/المؤهل الصحي في المؤسسة التعليمية، وفي المنزل يقوم به البالغون في العائلة وليس الأولاد.
- يجب ارتداء أدوات الحماية الشخصية خلال تحضير محلول التنظيف وخصوصاً عند تحضير محلول التعقيم هيبوكلوريت الصوديوم.
- يجب تحضير محلول التعقيم واستخدامه خلال ٢٤ ساعة فقط من تاريخ التحضير، والتقييد بذلك لأن فعاليته تنخفض مع الوقت.
- يجب تجنب تكليس مواد التنظيف عبر شرائطها وحفظها، كما يجب التنبه إلى تاريخ انتهاء صلاحية استخدامها.
- يجب كتابة اسم المعقم بشكل واضح على المستوعب الذي يحويه، وحفظه في مكان بارد وجاف وفيه تهوية بعيداً عن أشعة الشمس وعن متناول الأطفال.
- يوصى باستخدام المبيض المنزلي/الكلور كمعقم لأنه يتميز بما يلي: سريع المفعول، وتكلفته منخفضة، وفعال على شريحة واسعة من أنواع الجراثيم وفعال للغاية ضد معظم الفيروسات.

#### إرشادات تتعلق بالتنظيف والتعقيم الفعال

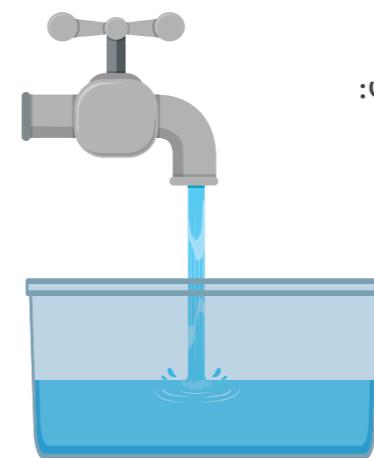
- إن المنظفات المنزلية لا تحل محل المعقمات.
- يُصار إلى استخدام المنظفات المنزلية أولاً ثم تليها المعقمات.
- يوصى بعدم استخدام لوازم التنظيف غير المعروفة (أصول أو تركيبات كيميائية غير معروفة).
- يوصى بعدم خلط المنظفات مع المعقمات.

• في هذه الحالة، لا ينبغي إعادة استخدام معدات الوقاية الشخصية مثل الكمامات والقفازات ذات الاستعمال الواحد؛ بل يوصى باستخدام القفازات التي يتم التخلص منها (اللاتكس أو النتريل). وإذا تم استخدام القفازات المتعددة الاستعمالات يجب تنظيفها مباشرةً بالمنظفات والماء وتعقيمها بنسبة ١٪ من هيبوكلوريت الصوديوم/المبيض المنزلي.

• يجب غسل اليدين جيداً بعد الانتهاء من التعقيم وخلع معدات الوقاية الشخصية.

- كيفية تنظيف الإلكترونيات مثل الهواتف ولوحات المفاتيح وأجهزة التحكم عن بعد والأجهزة اللوحية وغيرها:

• استخدام منديل أو بخاخات تحتوي على ٧٠٪ من الكحول على الأقل والعمل على تجفيف هذه الأسطح.



٤٩ ليترًا من المياه  
النظيفة



إضافة ليترًا واحد من  
معقم الكلور بتركيز ٥٪ من  
صوديوم الهيبوكلوريت



٥٠ ليترًا من محلول  
التعقيم بتركيز ١٪ من  
صوديوم الهيبوكلوريت

• إضافة ليتر من معقم الكلور (تركيز ٥٪) إلى ٤٩ ليترًا من المياه النظيفة مما يؤدي إلى تحضير محلول معقم من ٥٠ ليترًا جاهزاً للتعقيم.

• أو إضافة جزء من المعقم إلى ٤٩ جزءاً مماثلاً من المياه النظيفة (١:٥ محلول من ٪ المعقم المبيض).



### ٢ - كيفية تنظيف وتعقيم الأشياء والأسطح لمساً

#### تنظيف وتعقيم الأسطح الملوثة بسوائل الجسم أو بالإفرازات من الجهاز التنفسى



- تجنب استخدام المعقم (المبيض المنزلي) مباشرةً على الأسطح الملوثة بسوائل الجسم أو بالإفرازات من الجهاز التنفسى.

- يُصار إلى إغلاق عبوات التنظيف والتعقيم بشكل صحيح.

- يجب كتابة اسم جميع المُنظفات والمعقمات بشكل واضح وصريح على المستوعب الذي يحويه، ودفظه في مكان بارد وجاف وفيه تهوية بعيداً عن أشعة الشمس وعن متناول الأطفال.

- إن المواد العضوية الموجودة على الأسطح تقلل من فعالية مادة التعقيم ولذلك يُعمل على التنظيف بالماء والصابون عليه الشطف ثم التعقيم باستخدام المعقم كما هو موصى به.

- يجب تخزين المواد الكيميائية (المُنظفات والمعقمات ومحلول التعقيم) في مكان جاف وبارد وفيه تهوية بعيداً عن أشعة الشمس وعن متناول الأطفال والحيوانات الآلية.

- يجب تحضير محلول التعقيم في منطقة جيدة التهوية.

- يجب العمل على فتح النوافذ واستخدام المراوح أو التهوية عند استخدام المعقم والابتعاد عن المكان لبعض الوقت عندما تشتت الرائحة.

- تنظيف وتعقيم جميع مُستلزمات التنظيف والمعدات القابلة لإعادة الاستخدام فوراً.





## القسم الخامس: إرشادات صحية

### ٣ - سلامة الغذاء

- غسل اليدين بشكل متكرر، وفي حال استخدام القفازات، يجب تغييرها قبل وبعد إعداد الطعام وعند الانتقال من التعامل مع الطعام النيء إلى الطعام المطهى وعند الحاجة.

- تغطية تامة مقاومة للماء لأي جرح أو خدش.
- أخذ درارة كل موظف (باستخدام ميزان رقمي بالأأشعة تحت الحمراء للجبين) والتتبّه لوجود أي عارض مرضي/حرارة مرتفعة (٣٧ ونصف درجة مئوية وما فوق)، سعال وعطس، ضيق أو صعوبة في التنفس، الخ.

**ملاحظة:**  
يتم إضافة ٥ درجة على درجة الحرارة المشار إليها في الميزان (إذ إن دقة درجة الحرارة تتفاوت بين ميزان وأخر من ٢، إلى ١ درجة).

- في حال وجود أي عارض مرضي أو ارتفاع في الحرارة، يتم الاعتذار من الشخص المعني لعدم استقباله في المؤسسة ويوصى بطلب العناية الطبية المبكرة والتواصل على الخط الساخن لوزارة الصحة العاقة.

- احترام آداب العطس والسعال (في الكوع المثنى أو في منديل ورقى يتم التخلص منه فوراً وبطريقة آمنة) وعدم التحدث أثناء طهو الطعام.

- استخدام معدات الحماية الشخصية: إرتداء مئزر (أو مريبول) نظيف، الكمامة، القفازات ومشبك الشعر عند استخدام المواد الغذائية.

### ٢ - الإجراءات الوقائية في المطبخ المدرسي

- تعيين شخص واحد لكل مهمة في المطبخ: مثلاً شخص محدد للتحضير، وواحد للطهوي، وأخر للخدمة.

### إرشادات عامة للمتعاملين مع الطعام في المطبخ المدرسي والحانوت والكافيتريا (وفق توصيات برنامج الأغذية العالمي)

تتوّجه هذه الفقرة إلى كل من يتعامل بالمواد الغذائية، على سبيل المثال لا الحصر: العمال الموكل إليهم استلام وتخزين وتحضير وتقديم المواد الغذائية، وكل من يتعامل مباشرةً مع المواد الغذائية المكشوفة أو غير المغلفة كجزء من عملهم، والموظفين الذين قد يلمسون الأسطح التي على تماس بالمواد الغذائية (مثلًا مرفاق التجميد والتبريد) والأسطح الأخرى في المكان حيث يتم التعامل مع المواد الغذائية المكشوفة. ولذلك تتطبق الإرشادات الواردة أدناه على: مدير المؤسسات التعليمية، مستشرم الحانوت المدرسي، المرشد الصحي البيئي/المُسؤول الصحي، عمال النظافة، عمال الصيانة، عمال التوصيل، المراقب الصحي (تفتيش حول سلامة الغذاء)، الخ.

#### ١. الإجراءات الوقائية الشخصية الواجب اعتمادها في الحانوت المدرسي/الكافيتيريا/المطبخ المدرسي



- الاحفاظ على النظافة الشخصية.
- إرتداء ملابس نظيفة كل يوم.
- التأكد من أن تكون الأظافر قصيرة.

غسل اليدين بالماء والصابون لمدة ٢٠ ثانية على الأقل فور الوصول إلى مكان العمل، وبشكل متكرر خلال النهار بمعدل مرة كل ٢٠ دقيقة وعند الحاجة.

- غسل اليدين بالماء والصابون بعد استخدام المراحيض.

- وضع كمامه من القماش كحد أدنى لكل من يتعامل مع المواد الغذائية.

- عدم لمس الوجه والشعر أثناء تحضير الطعام. في حال اللمس، يجب غسل اليدين على الفور بالماء والصابون لمدة ٢٠ ثانية على الأقل.



## القسم الخامس: إرشادات صحية

### ٣ - سلامة الغذاء

#### ٣ - الحانوت المدرسي (أو الدكان)

- التشديد على مستثمر الحانوت (إذا كان الحانوت متوفراً داخل المبني) بضرورة وضع الكمامه عند تعامله بالسلع والتواصل مع الزبون/المتعلم، وغسل اليدين بشكل متكرر أو تعقيمهم بين زبون وآخر (بعد تسليم النقود) وعدم السماح لمن ليس معنّياً بالعمل داخل الحانوت بالدخول إليه.
- في حال تعدد الموظفين داخل الحانوت، من الأفضل عدم التواugeه أثناء العمل (أي أن يتحاشى الأشخاص أن يكونوا وجهاً لوجه).

- احترام المسافة الآمنة بين شخص وآخر (مسافة متر ونصف على الأقل).

- تنظيف وتعقيم المناطق المشتركة (الأرضية، مسطح الخدمات والتحضير، مفاتيح الكهرباء، مقابض الأبواب، الخ).
- توفر نقطة لغسل اليدين، صالحة للاستخدام ومزودة بالمياه الآمنة والصابون.
- توفر معقم كحولي لليدين لا تقل نسبة الكحول فيه عن ٦٠٪.

- عدم الاحتكاك الجسدي بين مستثمر الحانوت/الموظفين والمتعلّمين.

- منع الانتظار أمام الحانوت المدرسي: وضع/لصق إشارات على الأرض لتحديد أماكن الانتظار أمام الحانوت المدرسي عند شراء الوجبة الخفيفة لضمان المسافة الآمنة بين متعلم وآخر (على الأقل مسافة متر ونصف)، وتکلیف أفراد من الھیئتين الإداریة والعلیمیة بمراقبة المتعلّمين أمام الحانوت وأثناء تواجدهم في الملعب لحتّهم على اعتماد كل الإجراءات الوقائية (المسافة الآمنة، الاستخدام السليم للكمامه ونظافة اليدين).

- احترام المسافة الآمنة بين شخص وآخر (مسافة متر ونصف على الأقل).

- من الأفضل عدم التواugeه أثناء العمل في المطبخ الواحد (أي أن يتحاشى الأشخاص أن يكونوا وجهاً لوجه).

- يجب غسل وتعقيم جميع أدوات المطبخ والأجهزة. يفضل استخدام الماء الساخن (فوق ٦٠ درجة مئوية) والمسحوق المخصص لتنظيف المعدات والأواني المطبخية.

- تنظيف وتعقيم المناطق المشتركة (الأرضية، مسطح الخدمات والتحضير، مفاتيح الكهرباء، مقابض الأبواب، الخ) بشكل متكرر.

- توفر نقطة لغسل اليدين صالحة للاستخدام ومزودة بالمياه الآمنة والصابون.

- توفر معقم كحولي لليدين لا تقل نسبة الكحول فيه عن ٦٠٪.

- غسل اليدين قبل وأثناء وبعد إعداد الطعام.

- غسل وتعقيم الفواكه والخضروات بشكل صحيح، واستخدام المياه النظيفة أثناء تحضير الطعام (ملح، خل أو حبوب تعقيم).

- طهو المنتوجات النية واللحوم بدرجات حرارة آمنة (خاصة اللحوم والألبان والمنتجات الحيوانية).

- التقىد بفصل وعزل الأطعمة النية/غير المغسولة مع الأطعمة المطهوة/المغسولة.

- التقىد بفصل وعزل ألواح التقطيع وأدوات المطبخ (مثل السكاكين وغيرها) بين مختلف الأطعمة النية والمطبوخة.



## القسم الخامس: إرشادات صحية

### ٣ - سلامة الغذاء

- مداورة الموظفين على العمل والاستراحة بشكل يخفف من عدد الموظفين المتواجدين في الكافيتيريا في آن واحد ويضمن التباعد الاجتماعي.

- تنفيذ كل إجراءات التنظيف والتعقيم للمعدات، والأواني، وألواح التقطيع والأسطح ونقاط الاتصال العالية (الأرضية، الطاولات، مسطح الخدمات والتحضير، مفاتيح الكهرباء، مقابض الأبواب، الخ).

- تنظيم توافد المتعلمين الذين يدخلون الكافيتيريا وتحثهم على الالتزام بالوقوف على الإشارات المحددة على الأرض لتجنب الاتكاظ، ومع احترام المسافة الآمنة.

-أخذ حرارة كل شخص يدخل الكافيتيريا (باستخدام ميزان رقمي بأشعة تحت الحمراء للجيدين) والتتبّع لوجود أي عارض مرضي/حرارة مرتفعة (٣٧ ونصف درجة مئوية وما فوق)، سعال وعطس، ضيق أو صعوبة في التنفس، الخ.



### ٤ - الكافيتيريا

يوصى بعدم فتح أبواب الكافيتيريا، وفي حال اتّخذت المؤسسة التعليمية قرار فتحها، يجب الالتزام بالشروط التالية:

- الحفاظ على المسافة الآمنة (مسافة متر ونصف على الأقل) بين شخص وآخر والإلتزام بقدرة استيعابية لا تتعدي ٥٠٪.

- وضع إشارات على الأرض لتحديد أماكن الانتظار أمام الكافيتيريا، وعلى الأرضية داخل الكافيتيريا لتسهيل الامتناع للمسافة الآمنة.

- جدولة عمل الموظفين بشكل يضمن تنفيذ المهام المطلوبة ولكن من دون التسبّب بالاتكاظ أو التتبّع لأعداد الموظفين أثناء تواجدهم في آن واحد في منطقة تحضير الطعام.

**ملاحظة:**  
يتم إضافة ٥ درجة على درجة الحرارة المشار إليها في الميزان (إذ إن دقة درجة الحرارة تتفاوت بين ميزان وآخر من ٢٠ إلى ١ درجة).

- في حال وجود أي عارض مرضي أو ارتفاع في الحرارة، يتم الاعتذار من الشخص المعنى لعدم استقباله في الكافيتيريا ويتم توجيهه إلى المرشد الصحي البيئي/ المسؤول الصحي في المؤسسة التعليمية لإجراء اللازم.

- توفير المعقمات الكحولية لليدين، ومعقمات الأسطح (للرش)، والمناشف الورقية التي يمكن التخلص منها في نقاط دخول الكافيتيريا.

- تشجيع استخدام تقنية الدفع دون لمس (خاصة في الجامعات).



## القسم الخامس: إرشادات صحية

### ٣ - سلامة الغذاء

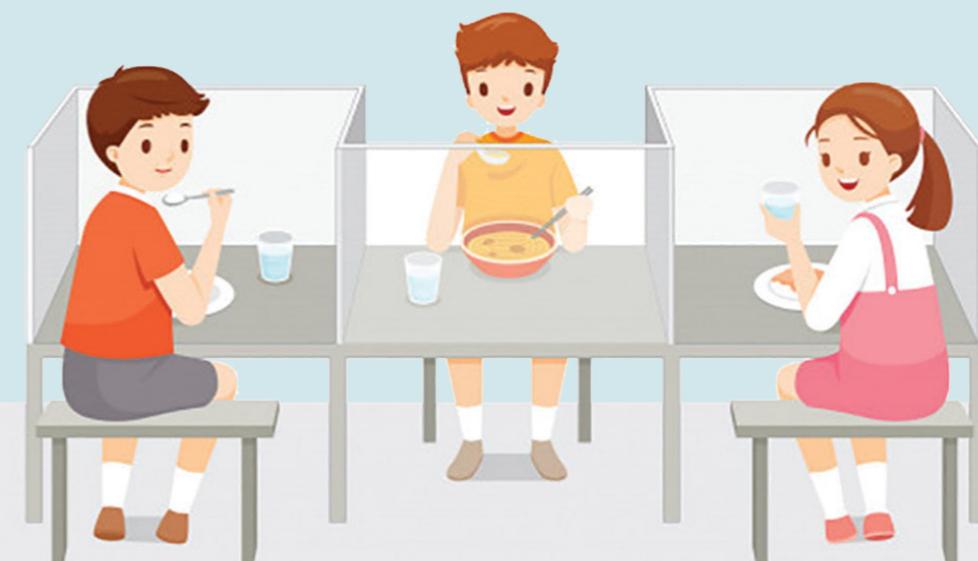
- غسل اليدين المتكرر وتنظيف وتعقيم جميع المعدات، والأواني والأسطح ذات التماس مع المواد الغذائية.

- تعقيم منطقة تقديم الطعام وطاولات الأكل والصواني جيداً قبل وبعد تناول الطعام بمحلول الكلور أو صوديوم هيبوكلوريت ١٪.

- يوصى بعدم عرض منتجات المخبوزات غير المغلفة للبيع في الكافيتريا أو في عدادات الخدمة الذاتية.

- في حال عرضت منتجات المخبوزات من دون تغليف في الكافيتريا، يُطلب وضعها في واجهات/خزائن زجاجية للعرض، وحين يُباع المنتج، يقوم العامل باستخدام ملقط مخصص لوضع المنتج في كيس قبل تسليمه إلى الزبون.

## الملاحق





المراد ألسانيات الظاهرة من العدة بحسب المعايير

## جدول بكل الروابط الالكترونية لمجموعة من الفيديوهات والمناشير حول المواقع المختلفة الواردة في هذا الدليل:

١. طرق العدوى والوقاية من فيروس كورونا المستجد/السارس - كوف -٢:  
<https://youtu.be/w6-kXOZ901g>

٢. أعراض فيروس كورونا وأالية التبليغ عن أي اصابة:  
<https://youtu.be/RbYGsIgHEmE>

٣. الحجر الصحي المنزلي للحد من انتقال عدوى فيروس كورونا:  
<https://youtu.be/aHsCZi3vqTg>

٤. كيفية استخدام الكمامات المصنوعة من القماش بطريقة آمنة:  
[https://www.youtube.com/watch?v=9Tv2BVN\\_WTk](https://www.youtube.com/watch?v=9Tv2BVN_WTk)

٥. كيفية استخدام الكمامات الطبية:  
<https://www.youtube.com/watch?v=pQKAeR0bplo>

٦. كيف نحمي أنفسنا من فيروس كورونا (تala - فيديو مخصص للأطفال):  
<https://youtu.be/HadJAMxgxpI>

٧. كيف نحمي أنفسنا من فيروس كورونا (تala فيديو مخصص للأطفال):  
<https://youtu.be/9WF9MZZba2s>

٨. بالوعي نواجه فيروس كورونا (جاد - فيديو مخصص للأطفال):  
<https://youtu.be/c8OqUEZ9u9w>

٩. خدمات التحصين المجانية:  
<https://youtu.be/3I96Csp6WuA>

١٠. أهمية الحفاظ على النظام الغذائي المتوازن خلال جائحة كوفيد-١٩:  
<https://youtu.be/9AONiDGjzqY>

١١. ألعاب تثقيفية حول فيروس كورونا المستجد/السارس - كوف -٢:  
<https://kidsgame.redcross.org.lb>

١٢. ارشادات التنظيف والتعقيم:  
<https://www.youtube.com/watch?v=XY1FHHTMYnw>



جبل ساقية العظم اسفل قرية العجمان

المرجع



卷之三



ଶ୍ରୀମତୀ ପାତ୍ରାଳୀ ପାତ୍ରାଳୀ ପାତ୍ରାଳୀ



وزارة التربية والتعليم العالي  
الوزير

٧ تعمیم رقم

## لبنان حول الوقاية من فيروس الكورونا المستجد (nCoV) إلى جميع المسؤولين عن المؤسسات التربوية الخاصة والرسمية في

مع تأكيد وزير الصحة العامة وجود حالة لفيروس كورونا في لبنان (nCoV)،  
يهم وزارة التربية والتعليم العالي التأكيد أنها أعدت وبالتعاون مع الجهات المعنية من منظمات دولية ومؤسسات محلية مخطط عمل وطني للوقاية من مخاطر انتشار هذا الوباء بما يؤمن تكامل العمل بين القطاعين التربوي والصحي، ويتطّلّب تضافر الجهود بين العناصر البشرية العاملة في المؤسسة (التعلّيمية والإدارية) والتلامذة/الطلاب والأهل ويدعم توعي من المسؤول الصحي (الممرض، المرشد الصحي أو المكلّف بالقيام بهذه المهمة) الذي سيتولى مسؤولية متتابعة تطبيق عناصر المخطط وفق الآلية التالية:

## ١- توفير المعلومات حول الوقاية من انتشار العدوى :

(٤) للهيئة الإدارية والتعليمية وللأفراد العاملين في المؤسسات التربوية عامة:

- قيام المسؤول عن المؤسسة وبالتعاون مع المسؤول الصحي فيها بعقد إجتماع عام لجميع أفراد المؤسسة، في أول يوم عمل يلي صدور هذه التعليمات، وقبل بدء أعمال التدريس، يتم خلاله قراءة وتوضيح مضمون هذا التعليم ومضمون جميع المنشورات والملصقات ذات الصلة والمتوفرة على الصفحة الإلكترونية لكل من وزارة الصحة العالمية ومنظمة الصحة العالمية.

**ب) للأهل:**

- قيام المسؤول الصحي بتنظيم لقاءات توعوية مع الاهل، فردية أو جماعية وفق متطلبات الوضع.

### ج) للتلامذة/الطلاب:

- تكليف أفراد الهيئة التعليمية تكريس ٢٠ دقيقة من أول حصة تعليمية خلال أول يوم تعليمي بلي صدور هذا التعميم، يجري خلالها، وبالاعتماد على الطرق الناشطة وفق الفئات العمرية للمتعلمين، توضيح المعلومات والإجراءات التي تقى من الكورونا بالاستناد الى مضمون المنشورات والملصقات ذات الصلة والمتوافرة على الصفحة الالكترونية لكل من وزارة الصحة العامة ومنظمة الصحة العالمية، مع التشديد على السلوكيات الصحيحة (آداب العطس، غسل اليدين، والتصرف السليم باستعمال المحارم وكيفية التخاص منهما). توقيعه اللامة/الطلاب على عدم مشاركة الاشخاص الخصبة فيما بينهم.

٢- التشدید على تطبيق السلوكيات السليمة:

- تكثيف الجهود لتأكيد تنفيذ التلامذة/الطلاب لأصول غسل اليدين بالماء والصابون وبالطريقة الصحيحة.
  - تأمين نظافة البيئة في المؤسسة التربوية بما في ذلك طاولات التلامذة/الطلاب وكافة المرافق الصحية من خلال التنظيف والتعميق اليومي ولعدة مرات في اليوم.
  - تأمين الماء والصابون والمناديل الورقية في جميع مرافق غسل اليدين، كما وتأمين عبوات تحتوي على سائل التعميق في الممرات و/او داخل الصنوف والتثبيت المستمر على ضرورة تكرار غسل اليدين، من خلال الاشراف والمتابعة.



وزارة التربية والتعليم العالي  
الوزير

تعيم رقم 9

إلى المسؤولين عن المدارس والثانويات والمعاهد الفنية الرسمية والخاصة والجامعة اللبنانية والجامعات  
الخاصة حول الوقاية من فيروس كورونا المستجد (nCoV) من خلال التنظيف اليومي/التعقيم الدوري

استناداً إلى التعيم رقم 7 بتاريخ 21/2/2020 حول الوقاية من فيروس كورونا المستجد (nCoV)،  
يهم وزارة التربية والتعليم العالي تأكيد إعدادها بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية بروتوكولاً خاصاً للتنظيف  
اليومي والتعقيم الدوري للوقاية من مخاطر إنتشار هذا الوباء والذي يتضمن التشديد على تطبيق السلوكيات السليمة  
ومنها:

- ضرورة التنظيف اليومي والتعقيم الدوري للبيئة في المؤسسة التربوية خصوصاً داخل الصفوف والممرات  
والمرافق الصحية (دور المياه/المراحيض) وحنفيات المعاشر، وكذلك طاولات وكراسي التلامذة/الطلاب  
وسائر التجهيزات .... وذلك بحسب البروتوكول المرفق ربطاً
- تأمين المياه والصابون والمناديل الورقية في جميع المرافق الصحية كما وتؤمن عبوات تحتوي على سائل  
التعقيم في الممرات و/أو داخل الصفوف والتشديد المستمر على ضرورة تكرار غسل اليدين.

إن وزارة التربية والتعليم العالي، إذ تعول على تعاونكم التام في تطبيق المخطط أعلاه للوقاية من العدو بالكورونا  
المستجد (nCoV)، تؤكد التزامها التام بمتابعة المنشورات والملصقات التي تصدر عن الجهات الصحية الرسمية  
بشأن الوقاية من هذا الوباء ونشرها على الصفحة الإلكترونية الخاصة بموقع الوزارة :

www.mehe.gov.lb

كما تؤكد ان التصرف السليم على المستوى الفردي له المردود الإيجابي على المستويين الجماعي والوطني، أملين  
تخطي هذه المرحلة بحكمة ووعي.

بيروت في 21/3/2020

وزير التربية والتعليم العالي  
طارق المجدوب

بيروت في 3/3/2020

وزير التربية والتعليم العالي  
طارق المجدوب

SN

**٣- مراقبة التلامذة/الطلاب وتطبيق الإجراءات الإدارية الوقائية وترصد الحالة الوبائية:**

- يطلب من الأهل عدم إرسال أي تلميذ/طالب يشكو من أي عارض من العارض التالي: حرارة مرتفعة (٣٨ درجة متواية وما فوق)، سعال، ضيق أو صعوبة في التنفس.
- يقوم كل من أفراد الهيئة التعليمية بمراقبة تلامذة/طلاب صفة وإحاله كل من تظهر عليه إحدى هذه العارض إلى المسؤول الصحي في المؤسسة ليبلغه في غرفة الصحة ريثما يتم الإتصال بالأهل لاصطحابه ومتابعة وضعه الصحي حسب الحال، على أن يقوم المسؤول الصحي بمتابعة حالة هؤلاء التلامذة/الطلاب الصحية من خلال التواصل الدوري مع الأهل.
- يقوم أفراد الهيئة التعليمية بتطبيق الطرق التربوية التي تؤمن التعويض اللازم للمغيبين عن دروسهم بسبب المرض.
- عند تأكيد حالة كورونا المستجدية بين التلامذة/الطلاب أو أحد أفراد الهيئة التعليمية والإدارية أو العاملين ضمن نطاق المؤسسة، يقتضي الاتصال مباشرةً بوزارة التربية والتعليم العالي على الخط الساخن (١٧٧٢١٨٦) كما الاتصال بمركز طبابة القضاء الذي تقع المؤسسة التعليمية ضمن نطاقه الجغرافي لاتخاذ الاجراءات اللازمة.

إن وزارة التربية والتعليم العالي، إذ تعول على تعاونكم التام في تطبيق المخطط أعلاه للوقاية من العدو بالكورونا

المستجد (nCoV)، تؤكد التزامها التام بمتابعة المنشورات والملصقات التي تصدر عن الجهات الصحية الرسمية

بشأن الوقاية من هذا الوباء ونشرها على الصفحة الإلكترونية الخاصة بموقع الوزارة :

www.mehe.gov.lb



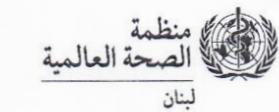
- ت. التنظيف بالمنظفات العادي ومن ثم الشطف.
- ث. التطهير بمطهر الكلور (0.5 % هيبوكلوريت الصوديوم).
- ج. السماح للمطهر أن يبقى عشرة دقائق أو الوقت المطلوب للالتصالق بالسطح.
- ح. تنظيف وتعقيم جميع مُستلزمات التنظيف والمعدات القابلة لإعادة الاستخدام.
- خ. يجب عدم إعادة استخدام معدات الوقاية الشخصية مثل الأقنعة والقفازات؛ يوصى باستخدام القفازات التي يتم التخلص منها (اللاتكس أو النتريل). إذا تم استخدام القفازات المُتعددة الاستعمالات (تحمي من المياه الساخنة، والماء الكيميائي، وغيرها)، يجب تنظيفها مباشرةً بالمطهرات والماء وتطهيرها بنسبة 0.5 % من هيبوكلوريت الصوديوم.

**٤- تحضير محلول مطهر (معقم) بمعايير آمنة وفعالة**

لتحضير محلول من 0.5 % هيبوكلوريت الصوديوم :



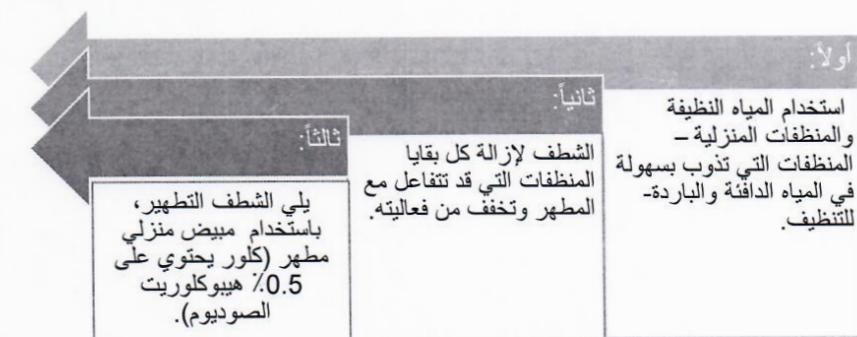
- أ. أصف لترًا واحدًا من مادة كلور التبييض (٪5) إلى 9 لترات من المياه النظيفة. مما يؤدي إلى تحضير مطهر من 10 لترات جاهزًا للتطهير.
- ب. إن تحضير محلول التطهير هي من مسؤولية المرشد الصحي أو المسؤول الصحي وليس عامل النظافة.
- ت. عند تحضير محلول التطهير (هيبوكلوريت الصوديوم)، يجب توفير معدات الوقاية الشخصية (أهمها الكمامات والقفازات).
- ث. كل مطهر مُحضر من مادة كلور التبييض (٪5) ليصبح (0.5 % هيبوكلوريت الصوديوم) ممكן استخدامه خلال 24 ساعة فقط من تاريخ التحضير، لأن الفعالية تخف مع الوقت.
- ج. يوصى بعدم الإفراط بالتخزين للمواد المطهرة، بل الالتزام بالاستخدام بشكل صحيح وتاريخ انتهاء الصلاحية.
- ح. التهوية المناسبة لكل الأسطح المنظفة ضرورية جداً للحد من المخاطر الصحية الناتجة عن استخدام الكلور.
- خ. عند استخدام معقم مختلف عن المعقم المذكور أعلاه، يوصى الإلتزام بالإرشادات الواردة على عبوة المعقم لضمان فعالية التعقيم.



توصيات عامة للوقاية ومكافحة انتشار الأمراض الوبائية بشكل عام وعدهى فيروس كورونا المستجد في المؤسسات التربوية الخاصة والرسمية من خلال التنظيف والتعقيم اليومي

**❖ آلية التنظيف اليومي ومن ثم التعقيم المتكرر**

لا بد من التنظيف الروتيني الدقيق ومن ثم تعقيم أو تطهير الأسطح الملائمة لكل فرد في المدرسة، والأسطح الملائمة لإفرادات الجسم وسوائله عن طريق الفم أو الجهاز التنفسى أو البراز وذلك باستخدام معقم يستند إلى الكلور (مع 0.5 % من هيبوكلوريت الصوديوم). من المهم السماح للمعقم أن يبقى مُثلاً على السطح الوقت المطلوب ( حوالي 10 دقائق)، مع الحفاظ على الاستخدام السليم لمعدات الوقاية الشخصية (القفازات والأقنعة والملابس الواقية) وغسل اليدين بالماء والصابون.



**❖ تشمل خطوات تنظيف وتعقيم الأسطح الملوثة ما يلي:**

- أ. استخدام مناشف ذات الإستخدام الواحد قابلة للامتصاص تزيل أي سائل أو إفراز.
- ب. التخلص من المناشف في صندوق مخصص له غطاء.



- يجب على عامل التنظيف تجنب لمس العينين وغسل اليدين بالماء والصابون فور إزالة معدات الوقاية الشخصية وبعد استخدام المنظفات / المطهرات. إذا دخلت المنظفات أو المطهرات في العين، يجب شطفها على الفور بماء نظيف لمدة 15 دقيقة واستشارة الطبيب. إذا أصيب موظفو التنظيف بهيج (تهيج الجلد أو الجهاز التنفسي) من المنظفات أو المطهرات، عليهم إبلاغ إدارتهم مباشرة.
- نقل المواد العضوية من فعالية المعمق القائم على الكلور. لذلك يُنصح بتنظيف السطح أولاً بالمنظفات وبعد الشطف يُستخدم المعمق.
- يوصى بعدم خلط المنظفات مع المعقّمات.
- يوصى بعدم استخدام لوازم التنظيف غير المعروفة (أصول أو تركيبات كيميائية غير معروفة).
- يوصى باستخدام المعمق الذي يحتوي على الكلور لأنّه يتميّز بما يلي: سريع المفعول، تكلفته منخفضة، وفعال للغاية ضد مُعظم الجراثيم.
- يوصى بعدم استخدام المعمق الذي يحتوي على الكلور مباشرة على سوائل الجسم.

#### ضمان تعقيم التجهيزات الطبية داخل المؤسسة التربوية

في حال تم استخدام تجهيزات طبية داخل المؤسسة التربوية، خاصة المواد والمعدات المشتركة (ميزان بالأشعة تحت الحمراء (Infra-Red) أو ميزان الحرارة الطبلي الخاص بالإذن، السرير، آلة الضغط، إلخ)، إن ضمان التنظيف والتطهير المناسبين لهذه المعدات هو من مسؤولية المرشد الصحي أو مسؤول الصحة وليس عامل التنظيفات. يجب أن تتبع طريقة تنظيف الأجهزة تعليمات الشركة المصنعة أو في حال عدم توافر التعليمات، يمكن استخدام الكحول (مثلاً 70 % من الكحول الإيثيلي) أو مطهر أساسه الكلور (بيوكلوريت الصوديوم) مع ضرورة التأكيد من الشطف المناسب للمعدات بالماء النظيف بعد التطهير بالكلور.

#### توصيات استعمال ميزان الحرارة الطبلي الخاص بالإذن اذا كانت المدرسة مجهزة به :

- اغسل يديك جيداً بالماء والصابون أو استعمل معمق كحولي يحتوي على نسبة كحول 60%.
- ضع غطاء مسبار الميزان ذات الاستعمال الواحد للתלמיד قبل استعمال الميزان.
- اسحب الاذن بلطف الى اعلى و الى الوراء. وهذا سوف يساعد على تقويم قناة الاذن و يجعل المسار واضح داخل الاذن الى طبلة الاذن.
- ادخل بلطف ميزان الحرارة حتى تصبح قناة الاذن مختومة تماماً.
- اضغط على زر الميزان لتبدأ عملية قياس الحرارة، يصدر الميزان صوتاً للتبين أنه تم قياس درجة الحرارة.
- اسحب الميزان من الاذن و اقرأ درجة الحرارة المسجلة على الشاشة الصغيرة.
- تخالص من غطاء مسبار الميزان ذات الاستعمال الواحد بطريقة آمنة.
- اغسل يديك جيداً بالماء والصابون أو استعمل معمق كحولي يحتوي على نسبة كحول 60%.

#### مستلزمات التنظيف الأساسية في المؤسسة التربوية

تتضمن مستلزمات التنظيف الأساسية التي يجب أن تتوفر:  
أ. معدات الوقاية الشخصية المناسبة (قفازات، كمامه).  
ب. أقمصة تنظيف الأسطح (مصنوعة من القطن أو الميكروفاير). من المفضل أن تكون بألوان مختلفة وكل لون يرمز إلى السطح الذي سيتم تنظيفه بها. ويوصى بتوفّر أقمصة تنظيف تختلف عن الأقمصة التي ستُستعمل مع المطهر.  
ت. لوازم تنظيف الأرضيات مثل عصا ممسحة/ قطعة القماش (المصنوعة من القطن أو الميكروفاير)، إشارات تحذير صفراء تشير إلى أن الأرض مبللة، إلخ.

#### التوصيات

#### ضمان فعالية ممارسات النظافة العامة

- ضمان التهوية الداخلية المناسبة عن طريق فتح النوافذ قدر الإمكان.
- التأكد من نظافة جميع الأسطح البيئية في المدرسة في جميع الأوقات.
- التأكد من نظافة جميع الأسطح التي يتم لمسها مثل: المكاتب، الطاولات، الكراسي، مقابض الأبواب، مقابض النوافذ، مفاتيح الإضاءة، مساند الأدراج، الممارات، مبردات المياه، لوحات مفاتيح الكمبيوتر، الهواتف، أبواب المراحيض، المراحيض، مرافق غسل اليدين والأرضيات، الجدران، الألواح، وكل ما يتم مشاركته كأجهزة الكمبيوتر (keyboard,mouse) والألعاب ووسائل النقل المعتمدة في المدرسة/ الحافلات المدرسية الخ.
- من المهم ضمان التنظيف الروتيني وتعقيم مستلزمات التنظيف وتطهير الأدوات والمعدات بعد استخدامها العادي. بالإضافة إلى ذلك، يجب أن يكون هناك جدول للرصد والصيانة. يجب صيانة جميع اللوازم والمعدات القابلة لإعادة الاستخدام.
- من المهم التأكيد من وضع العلامات على جميع المنظفات والمطهرات وتخزينها بشكل صحيح في منطقة خدمة التخزين للمنظفات البيئية وبعيداً عن الأطفال.
- يجب تخزين المنظفات والمطهرات وتوزيعها في حاويات قربة ذات علامات واضحة. يجب لا ترك حاويات المنظفات والمطهرات مفتوحة لنقليل مخاطر إطلاق البخار وتقليل فعليتها.
- من المهم وضع القفازات والأقنعة والنفايات الأخرى التي يتم التخلص منها بعد تنظيف الأسطح في حاوية مع غطاء.



- 8- التأكيد على الأهل بعدم إرسال أولادهم إلى المدرسة في حال المرض أو وجود أي من العوارض المرضية قبل الشفاء التام، على أن توكل إدارة المدرسة أو الثنائيّة شخصين من الهيئة الإدارية لاستقبال التلامذة صباحاً على مدخل المدرسة للتأكد من حالتهم الصحّية، وفي حال وجود أي من العوارض المرضية لدى التلميذ القائم في باص المدرسة أو برفقة أحد أولياء أمره يتم اتخاذ الإجراءات التالية:
- إذا كان التلميذ قادماً في باص المدرسة أو في أي وسيلة نقل أخرى بدون رفقة أحد أولياء أمره، يتم استبقاؤه في غرفة الصحّة والتواصل مع الأهل بهدف إعادةه إلى البيت.
  - إذا كان التلميذ قادماً برفقة أحد أولياء أمره يتم الاعتناء بهم عن عدم استقبال ولدهم لحين شفائه التام.
- 9- تنفيذ أنشطة توعوية من قبل المرشد الصحّي والأساتذة حول أهميّة النّظافة الشخصيّة.
- 10- ملء استمارة الغياب الأسبوعية وإرسالها إلكترونياً عبر منصة DHIS2 الموجودة على موقع وزارة الصحة العامة (<https://esu.moph.gov.lb/dhis>).

إنّ المديريّة العامّة للتّربيّة، إذ تعلّق أهميّة كبرى على دور إدارات الثانويّات والمدارس والروضات الرّسمية والخاصّة في الاهتمام بصحة التلامذة من خلال الخدمات الصحّية، تؤكّد ضرورة التّقّيد بما ورد أعلاه لخدمة التلامذة وأفراد الجسم التعليمي.

لمزيد من المعلومات الاتّصال على الرقم 01/772186

المدير العام للتّربية

فادي يرق

بيروت في: ٢٠٢٠

الجمهورية اللبنانيّة  
وزارة التربية والتعليم العالي  
المديريّة العامّة للتّربيّة

تعيم رقم ..... ١٣

#### الكشف الدوري على الأمراض الساربة والمعدية والوقاية منها

وحيث سبق للمديريّة العامّة للتّربيّة أن أصدرت تعاميم تتعلّق بالكشف الدوري على الأمراض الساربة والمعدية، الوقاية منها، متابعة نظافة البيئة المدرسيّة، الكشف الطّبّي العام والكشف على الأسنان في مدارس رياض الأطفال والتعليم الأساسي والثانويّات الرّسمية والخاصّة، وحرصاً على صحة التلاميذ والإداريين والتعلّيميين وحمايتهم من انتشار الأمراض المعدية في صفوفهم، تذكّر المديريّة العامّة للتّربيّة المسؤولين عن إدارات مدارس رياض الأطفال والتعليم الأساسي والثانويّات الرّسمية والخاصّة ضرورة الالتزام الذّيق بـ التعليم رقم 159 تاريخ 5/10/2013، رقم 210 تاريخ 19/12/2013، رقم 16 تاريخ 28/1/2014، رقم 45 تاريخ 14/3/2014، رقم 128 تاريخ 20/11/2014، رقم 53 تاريخ 21/3/2019 ورقم 152 تاريخ 2/12/2019، إضافةً إلى التعليم الصّادر عن وزارتي التربية والتعليم العالي والصحّة العامّة رقم 139 تاريخ 6/9/2013 في شأن نظام مراقبة الغياب في المدارس،

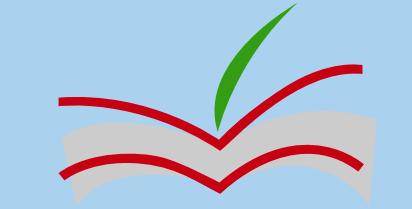
لذلك،

#### نلفكم إلى وجوب التّشدد في تطبيق ما يلي:

- 1- ضرورة تنظيف وتعقيم الصّفوف والستّاحات ودور المياه/المراحيض بشكل متواصل (عدة مرات في اليوم).
- 2- تأمين الماء والصابون والمناديل الورقية في كلّ مراافق غسل اليدين، كما وتأمين عبوات تحتوي على سائل تعقيم في الممرّات و/أو داخل الصّفّ والتّشديد المستمرّ بضرورة غسل اليدين من خلال الإشراف والمتابعة.
- 3- التّأكيد من تعرّض الصّفوف والممرّات لأشعة الشمس والهواء بشكل مستمرّ.
- 4- تنفيذ وتطهير سلات المهمّلات داخل وخارج الصّفوف بشكل دوري.
- 5- التّأكيد على الهيئة التعليميّة والإداريّة ضرورة الإنّتباه في حال وجود أي من العوارض لدى التلامذة والمتعلّقة بالأمراض الوبائيّة والمذكورة في التعليم رقم 139 تاريخ 6/9/2013 في شأن نظام مراقبة الغياب في المدارس ومنها: ارتفاع الحرارة، ألم في الحنجرة، ألم في العضلات، ضيق في النفس، إرهاق وتعب، أحمرار في العين، تقيّؤ، إسهال، والعمل على إبقاء التلميذ في غرفة الصحّة والتّواصل مع الأهل بهدف إرساله إلى البيت.
- 6- إستخدام المحارم الورقية أثناء السعال والعطس، والتخلص منها بعد إستعمالها وتفادي تلوث الآخرين.
- 7- توعية التلامذة على عدم تشارك الأغراض الشخصيّة فيما بينهم.

٧٩٥٧٧٨  
لبنان

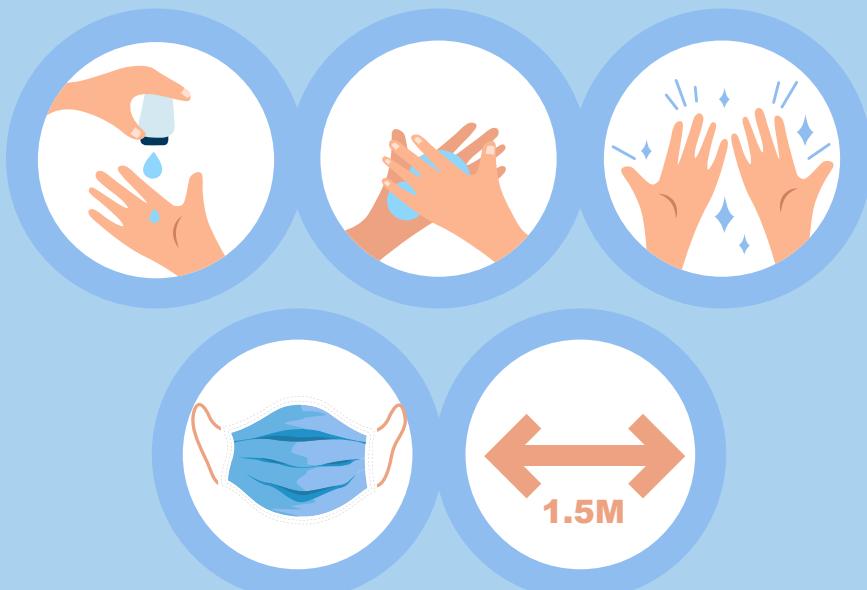




الجمهورية اللبنانية  
وزارة التربية والتعليم العالي

الدليل الصحي للمؤسسات التعليمية حول الإجراءات الوقائية  
لمنع إنتقال وإنشار فيروس سارس - كوفيد-٢ (SARS-CoV-2) -  
المسبب لعدوى كوفيد-١٩

الجزء الأول: البروتوكول الخاص بالأدوار والمسؤوليات





الجمهورية اللبنانية  
وزارة التربية والتعليم العالي

# الدليل الصحي للمؤسسات التعليمية حول الإجراءات الوقائية لمنع إنتقال وإنشار فيروس سارس - كوف-٢ (SARS-CoV-2) كوفيد-١٩ المسبب لعدوى كوفيد-١٩

## الجزء الثاني: معلومات تثقيفية ووعية حول الوقاية الشخصية والمجتمعية



الدليل الصحي للمؤسسات التعليمية حول الإجراءات الوقائية  
لمنع إنتقال وإنشار فيروس سارس - كوف-٢ (SARS-CoV-2)  
المسبب لعدوى كوفيد-١٩

الجزء الثاني: معلومات تثقيفية وتوعوية  
حول الوقاية الشخصية والمجتمعية





## جدول المحتويات

### تمهيد

#### ١ الرسائل الأساسية للحد من إنتقال وإنشار عدوى كوفيد-١٩

- ٢ ..... القسم الأول: معلومات عامة عن مرض كوفيد-١٩  
٣ ..... ١. ما هو مرض كوفيد-١٩؟  
٤ ..... ٢. ما هي عوارض مرض كوفيد-١٩؟  
٥ ..... ٣. طريقة انتقال العدوى  
٦ ..... ٤. الفئات الأكثر عرضة للمضاعفات  
٧ ..... ٥. توافر العلاج واللقاح

#### ٨ ..... القسم الثاني: الإجراءات الوقائية للحد من انتشار عدوى كوفيد-١٩

- ٩ ..... ١. نظافة اليدين  
١٠ ..... ٢. ممارسة آداب العطس والسعال  
١١ ..... ٣. تجنب لمس العيون، الأنف، والفم  
١٢ ..... ٤. اعتماد التباعد الاجتماعي الآمن  
١٣ ..... ٥. ارتداء الكمامات والاستخدام السليم لها  
١٤ ..... ٦. التنظيف اليومي والتعقيم الدوري

#### ١٥ ..... القسم الثالث: الحجر الصحي في المنزل للشخص المخالط لحالة مرضية مثبتة أو محتملة

- ١٦ ..... القسم الرابع: اتباع نظام غذائي صحي وإدارة الضغوطات الاجتماعية والنفسية  
في ضوء جائحة كوفيد-١٩  
١٧ ..... ١. نصائح وإرشادات لاتباع نظام غذائي صحي  
١٨ ..... ٢. تجنب الوصمة والتمييز في المجتمع  
١٩ ..... ٣. كيفية التعامل مع الضغوط النفسية  
٢٠ ..... ٤. العنف القائم على النوع الاجتماعي والحماية

#### ٢١ ..... القسم الخامس: المفاهيم الخاطئة وتصحيحها



## تمهيد

ويهدف هذا الدليل إلى:

- توفير معلومات تثقيفية تتعلق بمرض كوفيد-19.
- تفصيل الاجراءات الوقائية لمنع إنتشار الوباء داخل المؤسسة التعليمية أو خارجها (المنزل، الأماكن العامة، الخ).

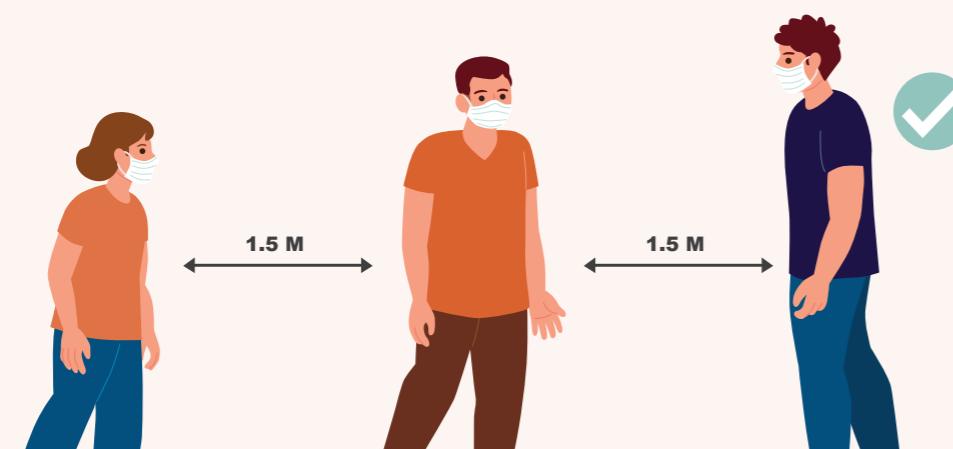
وتضع وزارة التربية والتعليم العالي هذا الدليل بجزأيه، الأول والثاني، في متناول الهيئتين الإدارية والتعليمية وكل العاملين في الحقل التربوي، والمتعلمين والأهل، وكلها ثقة في أن يقوم كل المعنيين بدورهم في تنفيذ هذه الخطة التي يتوقف عليها مصير العام الدراسي القادم وصحة الجسم التربوي والمجتمع ككل.

في ظل تفشي جائحة كوفيد-19 (COVID-19) في لبنان، تستمرة الحكومة اللبنانية في التصدي لفيروس السارس - كوف-2 وتنفيذ خطة الاستجابة، ولا تزال تواصل حالة التعبئة العامة والتأهب لاحتواء الفيروس واتخاذ كل الإجراءات الازمة للحد من إنتشاره.

ومنذ تأكيد أول حالة إصابة بعدهوى كوفيد-19 في لبنان في ٢١ شباط ٢٠٢٠ ، كانت وزارة التربية والتعليم العالي على أتم الاستعداد لمواجهة هذا الوباء، وأطلقت، بالتعاون مع وزارة الصحة العالمية ومنظمة الصحة العالمية واليونيسف والصليب الأحمر اللبناني، حملة وطنية للتوعية حول الإجراءات الوقائية من الأمراض الوبائية، لا سيما عدوى كوفيد-19. وتواصل وزارة التربية والتعليم العالي جهودها بالإستجابة لهذه الجائحة وتأمين حق كل طفل في لبنان بالتعلم، مع الحرص الشديد على المحافظة على صحة المتعلمين. وفي هذا السياق، طورت، بالتعاون مع شركائها، خطة العودة الآمنة للمتعلمين والعاملين إلى المؤسسة التعليمية والواردة في الجزء الأول من «الدليل الصحي للمؤسسات التعليمية حول الاجراءات الوقائية لمنع إنتقال وإنشار فيروس السارس - كوف-2 المسبب لعدوى كوفيد-19» والذي يحدد آلية تنفيذ هذه الخطة والإجراءات التنفيذية والإدارية المرتبطة بمهام ومسؤوليات كل المعنيين في مجتمع المؤسسة التعليمية لتوفير بيئة تعليمية صحية وآمنة.

ويأتي هذا الجزء الثاني من الدليل، والذي يضم معلومات تثقيفية وتحذيرية حول الوقاية الشخصية والمجتمعية، ليكمّل الجزء الأول ويتوسّع في ذكر التفاصيل المرتبطة بالإجراءات الوقائية الواجب اتباعها للوقاية من عدوى كوفيد-19، لا سيما تلك الإجراءات التي تتعلق بكيفية الوقاية والاستخدام السليم للكمامات وإجراءات العزل المنزلي وكيفية التعامل مع الضغوط النفسية.

إن تنفيذ إجراءات العودة الآمنة تتطلب تضافر جهود جميع المعنيين، وخاصة الأهل لكونهم شريكاً أساسياً في العملية التربوية وفي المتابعة الصحية لأولادهم، إذ إن مسؤولية الأهل مزدوجة؛ فهم، بتطبيقهم لإجراءات الوقاية، يحمون أولادهم عن جهة، ومن جهة أخرى يشاركون في حماية المجتمع من هذا الوباء الذي يتهدد به، دون تمييز بين فرد وآخر.





## الرسائل الأساسية للحد من إنتقال وإنشار عدوى كوفيد-١٩



### القسم الأول: معلومات عامة عن مرض كوفيد-١٩

- إنّ مرض كوفيد-١٩ هو مرض مُعد يُسبّبه فيروس السارس - كوف-٢ (SARS-CoV-2) ويمكن انتقاله من شخص إلى آخر.

- ينتمي فيروس السارس - كوف-٢ (SARS-CoV-2) إلى فصيلة فيروسات كورونا والتي تسبّب أمراضاً تنفسية عند البشر تراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد فتّاً مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS-CoV)، وممتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم (1- SARS-CoV).

- الاسم الرسمي لمرض كوفيد-١٩ (COVID-19) يشير إلى: «CO» لكورونا، «VI» لفيروس، «D» يعزز إلى كلمة مرض (Disease)، «19» وهي السنة التي ظهر فيها للمرة الأولى.



تنطبق تدابير الوقاية على جميع أفراد المجتمع داخل منازلهم وخارجها (في السوق، المدرسة، الجامعة، مكان العمل...) وتعتبر المسؤلية الفردية والمجتمعية العامل الأساسي في الحد من انتشار فيروس سارس-كوف-٢ إلى أن تتمكن الجهات المختصة من توفير العلاج واللقاح المناسبين.

وعلى كل فرد، تظهر عليه أية عوارض مرضية كالحمى والسعال وضيق النفس البقاء في المنزل وعدم الذهاب إلى مكان عمله، مدرسته، أو جامعته.



ضرورة اعتماد سبل الوقاية وإبلاغ الطاقم الطبي/التمريضي إذا كان هناك اختلاط مع أي حالة مؤكدة أو مشتبه بإصابتها بعدها كوفيد-١٩.

- عند ظهور عوارض طفيفة كالسعال الخفيف وألم الرأس والحمى الخفيفة، يجب البقاء في المنزل والتقييد بالعزل الذاتي لحين زوال العوارض نهائياً.

**ملاحظة:**  
على كل فرد، تظهر عليه أية عوارض مرضية كالحمى والسعال وضيق النفس البقاء في المنزل وعدم الذهاب إلى مكان عمله، مدرسته، أو جامعته.

### ٣. طريقة انتقال العدوى



ينتشر كوفيد-١٩ من شخص إلى آخر من خلال **القطيرات الصغيرة** (الرذاذ) التي تتناثر من أنف أو فم الشخص المصاب بمرض كوفيد-١٩ عندما يسعل أو يعطس أو يتكلم. ويمكن أن يلتقط الشخص عدوى كوفيد-١٩ بطريقتين:

- بشكل قباسن عن طريق استنشاق القطرات الصغيرة (الرذاذ) التي تتناثر من أنف أو فم الشخص المصاب بمرض كوفيد-١٩ عندما يسعل أو يعطس أو يتكلم.
- بشكل غير قباسن، عندما تساقط هذه قطرات على الأشياء والأسطح المحيطة بالشخص المريض خلال عملية السعال أو العطس. وقد يتعرض دينها الأشخاص الآخرون للعدوى عند لمسهم لهذه الأشياء أو الأسطح الملوثة ثم لمس عيونهم أو أنفهم أو فمه.

**تشمل العوارض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد-١٩ الحمى والإرهاق والسعال الجاف والفيق أو الصعوبة في التنفس.**



- قد تظهر العوارض وتتراوح بين خفيفة أو حادة وقد لا تظهر على الإطلاق.
- قد يعاني بعض المرضى من الآلام والأوجاع، أو احتقان الأنف، أو الرشح، أو ألم الحلق، أو الإسهال أو فقدان حاسة الذوق أو الشم، أو ظهور طفح جلدي أو تغير لون أصابع اليدين أو القدمين. وعادةً ما تكون هذه العوارض خفيفة وتزداد تدريجياً.
- في بعض الحالات الحادة أو المتقدمة، قد تُسبّب العدوى التهاباً رئوياً، أو مرض الالتهاب الرئوي الحاد وحتى الوفاة.
- تمتد فترة الحضانة من يومين إلى ١٤ يوماً، وهي الفترة الزمنية التي تبدأ من دخول الفيروس إلى جسم الإنسان وحتى ظهور العوارض.

- على كل فرد، أياً كان عمره، وفي حال ظهور عوارض الحمى وأو السعال متراافقاً مع صعوبة في التنفس أو قصر النفس، وألم في الصدر أو ضغط في الصدر، أو فقدان المقدرة على الكلام أو الحركة، **المبادرة بشكل فوري إلى طلب الاستشارة الطبية وذلك عبر الاتصال بوزارة الصحة العافة على الرقم الساخن ٥٩٤٤٥٩٥١ واتباع كل الإرشادات الصادرة عنها**. لاسيما التوجه إلى أقرب مستشفى/مختبر معتمد من قبل وزارة الصحة العافة لإجراء فحص لـ PCR (إذا طلب)، مع



## ٥. توافر العلاج واللقاح

- يتعافى معظم الناس (نحو ٨٠٪) من المرض دون الحاجة إلى علاج خاص أو خدمات استشفائية.
- تشتّد العوارض لدى شخص واحد تقريباً من بين كل ٥ أشخاص مصابين بمرض كوفيد-19 فيعاني من صعوبة في التنفس، ويحتاج إلى دخول المستشفى.

**ملاحظة:**  
إن هذه القطيرات ثقيلة الوزن نسبياً ولا تنتقل عبر مسافة طويلة وسعان ما تسقط على الأرض أو الأسطح.  
يمكن أن ينتقل المرض إلى الآخرين من شخص يعاني من عوارض خفيفة جداً ولا يشعر بالمرض، كما يمكن أن ينتقل من الأشخاص الذين لا تظهر عليهم أي من العوارض.



## ٤. الفئات الأكثر عرضة للمضاعفات

يتعرّض الناس كافة لخطر الإصابة بمرض كوفيد-19 عبر العدوى بغض النظر عن العمر، والجنسية، والجنس، والعرق، والإثنيات المختلفة، أمّا الناس الأكثر عرضة لتفاقم العوارض فهم:

- 
- يحتاج الأشخاص الذين يظهرون مضاعفات شديدة إلى العناية لمعالجة العوارض، غير أن غالبية المرضى يشفون عندما يحصلون على الدعم والعناية الازمة.
  - لا يوجد حالياً لقاح معتمد أو دواء مخصص لعلاج المرض الفيروسي كوفيد-19 أو للوقاية من الإصابة به، علماً بأن الأبحاث والتجارب السريرية جارية، وقد يصبح توفر اللقاح والعلاج ممكناً في المستقبل.
  - إن أدوية المضادات الحيوية غير فعالة في علاج مرض كوفيد-19 لأن الفيروس لا يتأثر بأدوية المضادات الحيوية المخصصة لعلاج الأمراض ذات المنشأ البكتيري، ولكن هذه المضادات تُستخدم لعلاج الالتهابات الناتجة عن نشاط البكتيريا والفطريات خلال الإصابة بالمرض.

- عن يبلغ ٦٠ عاماً وما فوق
- المصابون بالأمراض المزمنة ونقص المناعة:
  - أمراض الرئة المزمنة أو الربو المعتدل إلى الشديد.
  - أمراض القلب والضغط.
  - السكري.
  - السرطان.
  - البدانة المفرطة.
  - الفشل الكلوي أو أمراض الكبد.
- ضعف في جهاز المناعة بسبب علاج السرطان، التدخين، زرع نخاع العظام أو زرع الأعضاء، أو فيروس نقص المناعة البشرية (إيدز) للذين لا يتلقون العلاج المناسب، والاستخدام المطول للكورتيكosteroides أو غيرها من الأدوية التي تُضعف المناعة.





## القسم الأول: معلومات عامة عن مرض كوفيد-19

عندما تكون اليدين مُتسختين.

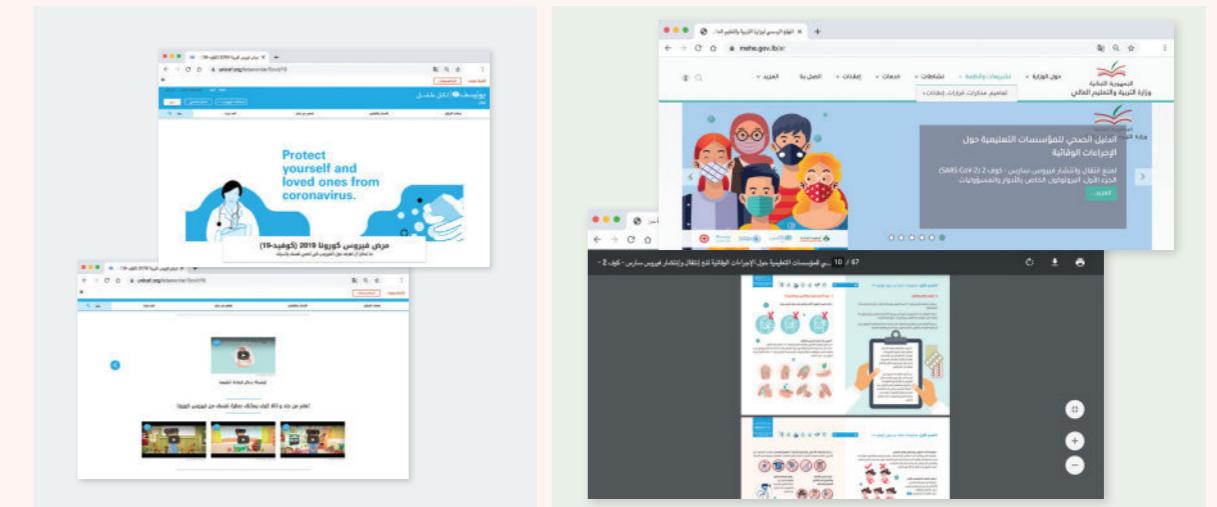


### - غسل اليدين في الأوقات الأساسية التالية:



يرجى زيارة المواقع التالية للاطلاع على المعلومات المحدثة حول كوفيد-19: وزارة الصحة العامة، ومنظمة الصحة العالمية واليونيسف ومنظمة المفاهيم المغلوطة (www.moph.gov.lb)

في وزارة الإعلام اللبنانية (<https://corona.ministryinfo.gov.lb/info/corona-fact-check>)



## القسم الثاني: الإجراءات الوقائية للحد من انتشار عدوى كوفيد-19

يستطيع المرء حماية نفسه والآخرين عبر اتباع سلسلة من الإجراءات الوقائية، وتشمل:

### أ. نظافة اليدين

#### الحرص على غسل اليدين بانتظام:

- من خلال فركهما بالصابون والمياه الجارية لمدة ٢٠ - ٣٠ ثانية على الأقل.

- في حال عدم توفر المياه والصابون، وإذا لم تكن الأيدي متسخة بشكل واضح، يجب تنظيف اليدين بفركهما بمعقم كحولي (تبلغ نسبة الكحول فيه ٦٠٪ على الأقل) لمدة تتراوح بين ٢٠ و ٣٠ ثانية.





## القسم الثاني: الإجراءات الوقائية للحد من انتشار عدوى كوفيد-١٩

- عند غسل اليدين بالماء والصابون يجب التأكد من تجفيف اليدين جيداً باستخدام المنديل الورقية ذات الاستعمال الواحد.

**- يجب اتباع الخطوات الآتية في حال استخدام معقم اليدين الكحولي:**

- وضع كمية كافية من المعقم على راحة إحدى اليدين. (ليس هناك حاجة لاستخدام كمية كبيرة من المنتج).
- يجب الحرص على أن تغطي الكمية كل مساحة اليدين، وبين الأصابع وظهرها وتحت الأظافر والإبهام وظهر اليدين.
- إغلاق سدّة عبوة المعقم بإحكام فوراً بعد الاستعمال.
- يجب تجنب لمس العينين أو الفم أو الأنف مباشرة بعد استخدام معقم اليدين الكحولي لأنه قد يُسبّب تهيجاً في الأنسجة.
- إن معقم اليدين الكحولي قابل للاشتعال، لذلك يجب استخدامه بعيداً عن النار أو قبل الطهو.
- إن غسل اليدين بالماء والصابون هو الخيار الأمثل والفعال للوقاية من مرض كوفيد-١٩ خاصّة عندما تكون الأيدي متسخة بشكل ظاهر.



### ٢. ممارسة آداب العطس والسعال

- تغطية الفم عند السعال والعطس بثني الكوع أو بمنديل ورقي للاستخدام الواحد، ويليه ذلك التخلص فوراً من المنديل الورقي داخل سلة نفايات مغلقة، ومن ثم غسل اليدين بالماء والصابون بالطريقة الصحيحة المُتبعة أو باستخدام السائل الكحولي عبر فرك اليدين.

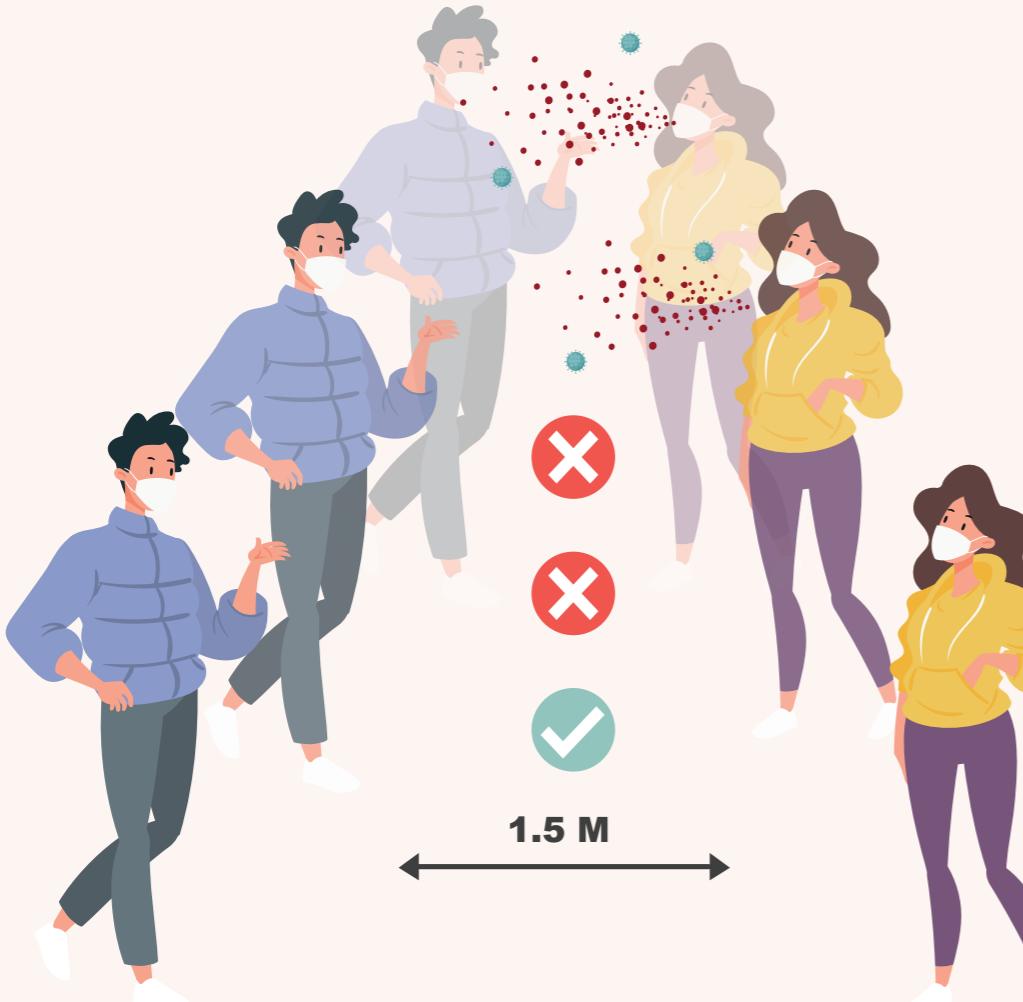
- تجنب البصق على الأرض أو الأسطح الأخرى.





## القسم الثاني: الإجراءات الوقائية للحد من انتشار عدو كوفيد-١٩

- تجنب مشاركة الأغراض الشخصية بمختلف أنواعها مع الآخرين (قنانى المياه، الأكواب، أدوات تناول الطعام، المناشف، الأقلام، وغيرها).
- تجنب لمس الأسطح التي يتم لمسها باستمرار في الأماكن العامة والمحلات.
- ارتداء الكمامة عند الخروج من مكان السكن والتقييد بالإستخدام السليم لها والتخلص الآمن منها، وذلك يُسهم في التقليل من نسبة إنتشار عرض كوفيد-١٩.
- وضع الكمامة بشكل سليم للتقليل من نسبة التعرض للعدوى بالفيروس عند الخروج من المنزل.



٣. تجنب لمس العيون، الأنف، والفم  
الانتباه جيداً لعدم لمس الوجه (العيون، الأنف، والفم) قبل غسل اليدين جيداً. فاليدان تلمسان العديد من الأسطح وقد تقلان الفيروس إلى الجسم عبر هذه المنفذ.



إن ارتداء القفازات قد يزيد من نسبة الإصابة بالمرض، إذ يمكن أن يؤدي إلى نقل العدوى للذات أو لآخرين وذلك عند لمس الأسطح الملوثة بالقفازات وiliyehا لمس العينين أو الأنف أو الفم، أو من خلال تلوث الأسطح النظيفة بالقفازات الملوثة وiliyehا لمس الآخرين لهذه الأسطح الملوثة ومن ثم لمس وجوههم.

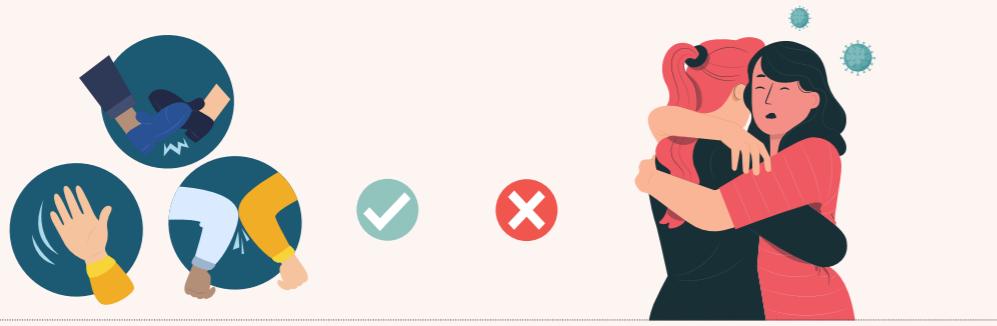


٤. اعتماد التباعد الاجتماعي الآمن  
- الحفاظ على مسافة آمنة (متر ونصف) بين الأشخاص، لأنه عندما يسعل الشخص أو يعطس أو يتكلّم، تثار من أنفه أو فمه قطرات سائلة صغيرة قد تحتوي على الفيروس، مما يؤدي إلى إنتشار الفيروس عبر هذه القطيرات إلى الأشخاص الموجودين من القرب منه.

- تجنب الأماكن المكتظة واللقاءات الاجتماعية.  
- تجنب المصافحة، والعناق، والتقبيل كوسائل للتحية والسلام، والإكتفاء بإلقاء التحية عن بعد مثل إيماءة الرأس أو تلويح اليد أو رفع اليد ووضعها على الصدر، أو الانحناء الخفيف.



## القسم الثاني: الإجراءات الوقائية للحد من انتشار عدوى كوفيد-19



- عندما تتسخ الكمامه أو تصبح رطبة يجب استبدالها بأخرى نظيفة وجافة.
- يجب غسل اليدين بالماء والصابون أو فركهما بمعقم كحولي قبل ارتداء الكمامه وبعد نزعها.
- الكمامه المصنوعة من القماش يجب أن تتألف من ثلاث طبقات من القماش كحد أدنى، وبمقاس ملائم لوجه الشخص بحسب الفئة العمرية.



### ٥. ارتداء الكمامه والاستخدام السليم لها

استناداً لطرق إنتقال عدوى كوفيد-19 وأثر قطرات الجهاز التنفسي/الرذاذ (المنبعثة عبر الكلام، السعال، العطس) في إنتشار فيروس السارس كوف-2 (SARS-CoV-2) المسبب لهذه العدوى، فإن الاستخدام السليم للكمامه الطبية أو المصنوعة من القماش، يساهم بشكل كبير في الحد من إنتشار الفيروس وذلك عن طريق تغطية الفم والألف. وفي بعض الحالات الاستثنائية يمكن استخدام واقي الوجه (التأكد من ملاءمة تصميم واقي الوجه لتغطية جوانب الوجه واسفل الذقن) أو الكمامات مع واجهة بلاستيكية شفافة لتمكين الأشخاص الذين يعانون من ضعف سمعي من قراءة الشفاه عند الآخر والتواصل الإعتيادي مع الآخرين.



ولتحقيق فعالية أكبر لاستخدام الكمامه، يجب الأخذ بعين الاعتبار ما يلي:

- الكمامه وحدها لا تكفي ويجب أن ترافق مع تطبيق معايير الوقاية من العدوى: نظافة اليدين، وآداب العطس والسعال، والتبعيد الاجتماعي والبقاء في المنزل والتقييد بالعزل الذاتي عند الشعور بأية عوارض.

- الامتناع عن لمس الكمامه عند ارتدائها لتجنب تلوث اليدين؛ وفي حال تم لمسها عن طريق الخطأ، يجب غسل اليدين فوراً بالماء والصابون أو فركهما بمعقم الكحولي.



## القسم الثاني: الإجراءات الوقائية للحد من انتشار عدو كوفيد-١٩

### ب) من يستثنى من وضع الكمامة ويمكنه الاستعاضة عنها بواقي الوجه؟

- المتعلّمون في الروضات.
- الأشخاص الذين لديهم مشاكل تنفسية/حساسية، ربو.
- الأشخاص الذين لديهم احتياجات خاصة/غير القادرين على إزالة الكمامة بأنفسهم بدون مساعدة.
- أي شخص يقدم تقريراً طبياً يفيد بعدم استطاعته وضع الكمامة لأسباب مرضية.

### أ) من يجب أن يضع كمامة (طبية أو مصنوعة من القماش) في المؤسسة التعليمية؟

- كل أفراد الهيئة الإدارية والتعليمية وكل العاملين في المؤسسة التعليمية.
- كل المتعلمين في جميع الحلقات التعليمية بدءاً من الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، مع الأخذ بعين الاعتبار الاستثناءات المذكورة أدناه.
- كل شخص راشد يدخل المؤسسة التعليمية (الأهل، عامل الصيانة، المسؤول عن تسليم السلع للحانوت المدرسي، الخ).
- كل من يستقل الباص المدرسي.
- سائق الباص المدرسي ومرافقه في الجولة.
- الأهل أثناء وجودهم أمام مداخل المؤسسة التعليمية (عند التوافد والمغادرة).

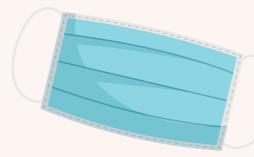


**ملاحظة :**  
يجب تنظيف واقي الوجه بالماء والصابون، ثم شطفه بالماء وتعقيمه باستعمال معقم كحولي (نسبة الكحول فيه لا تقل عن ٧٠٪)، ومرة واحدة في النهار على الأقل. كما ينبغي الامتناع عن لمس الوجه أثناء التنظيف والتعقيم وغسل اليدين فوراً بالماء والصابون بعد ذلك.





## القسم الثاني: الإجراءات الوقائية للحد من انتشار عدوى كوفيد-19



### د) كيفية وضع الكمامات الطبية بالطريقة الصحيحة

- اغسل يديك جيداً قبل لمس الكمامات.
- تأكد من أن الكمامات بحالة جيدة، أي نظيفة وذالية من التقويب. (لا تستخدم كمامات مستخدمة سابقاً أو تعرضت للتلف).
- حدد الطرف العلوي للكمامات - حيث يوجد الشريط المعدني عادةً أو الطرف المقُوَّى- . ثم حدد الجهة الداخلية للكمامات، وعادةً هي الجهة البيضاء.
- ضع الكمامات على وجهك بحيث تغطي أنفك وفمك وذقنك، وتأكد من عدم ترك أي فراغات بين وجهك والكمامة.



- ثبت الكمامات/الشرطيين حول الأذنين أو اربطهما بإدكام خلف الرأس (ابداً بالشرريط العلوي من ثم الشرريط السفلي) للقليل من الفراغات بين الكمامات والوجه.
- اضغط على الشريط المعدني لثبيته كي يأخذ شكل أنفك.



### ج) من يتوجب عليه ارتداء كمامات طبية؟

- كل من يظهر عليه ارتفاع في درجة حرارة الجسم أو أي من عوارض كوفيد-19 خلال الدوام الدراسي ريثما يتم إرساله إلى المنزل أو مركز الرعاية الصحية للتلامس العناية الطبية المبكرة.
- كل من يعتني/أو على اتصال مباشر بشخص تظهر عليه عوارض مرضية (مثل المرشد الصحي /المُسؤول الصحي).
- كل من لديه أمراض مزمنة: أمراض رئوية حادة (على سبيل المثال: الربو الحاد)، أو المناعة الضعيفة (الذى يخضع للعلاج الكيميائي أو علاج الكورتيزون طويل الأمد) ، أمراض القلب والشرايين وأمراض السكري في حال عدم التمكن من ضمان التباعد الاجتماعي (على الأقل مسافة متر ونصف).

- الأشخاص الذين يزيد عمرهم عن الستين عاماً في حال عدم التمكن من ضمان التباعد الاجتماعي (على الأقل مسافة متر ونصف).

**ملاحظة رقم ١:**  
**وضع الكمامات فقط غير كاف للحماية من عدوى كوفيد-19، إنما يجب أن يتلازم مع اعتماد كل الإجراءات الوقائية المذكورة أدناه:**

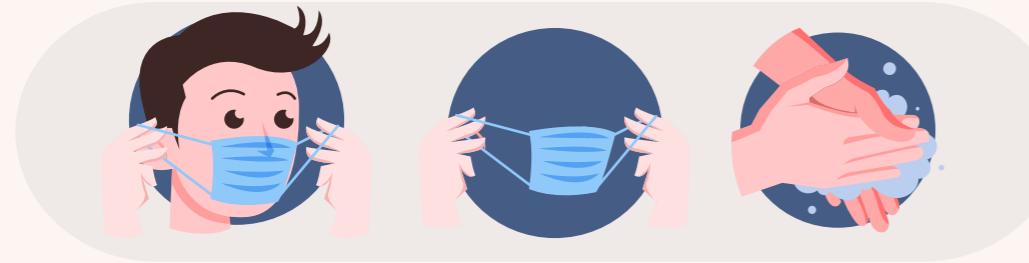
- تجنب التجمعات والأماكن المكتظة.
- الحفاظ على المسافة الآمنة (على الأقل مسافة متر ونصف) بين شخص وآخر.
- غسل اليدين بشكل متكرر بالماء والصابون أو تعقيمها باستخدام معقم كحولي.
- اعتماد آداب العطس والسعال.
- الامتناع عن لمس الفم والأفف والعينين قبل غسل اليدين جيداً.

**ملاحظة رقم ٢:**

- لا تُعد استخدام الكمامات المخصصة للاستعمال الواحد.
- قم باستبدال الكمامات بأخرى نظيفة وجافة في حال أصبحت رطبة أو ممزقة.
- لا تلمس الجهة الخارجية للكمامات.
- لا تتنزع الكمامات للتحدث مع الآخرين.
- لا تشارك كمامتك مع الآخرين.
- لا تضع الكمامات أسفل الأنف أو الذقن.



## القسم الثاني: الإجراءات الوقائية للحد من انتشار عدوى كوفيد-١٩



### و) الاستخدام السليم للكمامة القماشية

- غسل اليدين جيداً قبل لمس الكمامة.
- التأكد من أن الكمامة بحالة جيدة أي نظيفة وذالية من الثقوب.
- تثبيت الكمامة لتغطية الأنف والفم وأسفل الذقن، دون ترك أي فجوات على الجانبين.
- الامتناع عن لمس الكمامة عندما تثبت على الوجه، ويجب غسل أو تعقيم اليدين قبل وبعد لمس الكمامة في حال الاضطرار لتدريبها أو إعادة تثبيتها.



- امتنع عن لمس الكمامة عندما تثبت على الوجه، واغسل أو عقم يديك قبل وبعد لمس الكمامة في حال الاضطرار لتدريبها أو إعادة تثبيتها.
- لا تكرر استعمال الكمامة ذات الاستعمال الواحد.

### ه) كيفية نزع الكمامة الطبية بالطريقة الصحيحة

- يجب غسل اليدين بالصابون والمياه الجاري أو فركها بمعقم كحولي (٦٠٪ على الأقل) قبل لمس الكمامة.
- عند نزع الكمامة، يجب إزالة الحلقات المطاطية من خلف الأذنين أو حل الشريطين خلف الرأس (ابدأ بفك الشريط السفلي، من ثم الشريط العلوي) دون لمس الوجه أو الملابس أو الأسطح والتخلص منها في سلة مهملات مغلقة وغسل اليدين فوراً.
- الانحناء إلى الأمام وابعاد الكمامة عن الوجه.

- التخلص من الكمامة الطبية للاستخدام الواحد في حاوية النفايات (ذات الغطاء) المخصصة لها فور الانتهاء من استخدامها.

- غسل اليدين بالصابون والمياه الجاري أو فركها بمعقم كحولي (٦٠٪ على الأقل) بعد نزع الكمامة فوراً.
- استبدال الكمامة فوراً عندما تتبلل أو تتسخ بارتداء كمامة جديدة ونظيفة.



## القسم الثاني: الإجراءات الوقائية للحد من انتشار عدوى كوفيد-١٩

### ١. التنظيف اليومي والتعقيم الدوري

- تنظيف وتعقيم الأسطح الأكثر لمساً باستمرار، على سبيل المثال لا الحصر: سطح الطاولة، ومقابض الأبواب، ومجاري الإضاءة والحمام (بكل عناصره من مغسلة وحنفيات ومقابض، الخ). بالإضافة إلى ذلك، يجب تنظيف وتعقيم أسطح المكاتب والمكاتب الدراسية وحافظي الكرسي حيث يستند الساعدان، ومعدّات المعلوماتية، وسطح التلفون والأجهزة الإلكترونية الأخرى.
- تنظيف الإلكترونيات بسائل كحولي لا تقل نسبة الكحول فيه عن ٧٠٪ عبر المسح أو نشر رذاذ المعقم (من خلال استخدام بخاخات)، ومن ثم العمل على تجفيف هذه الأسطح بقطعة قماش نظيفة أو استخدام مناديل ورقية ذات الاستعمال الواحد.

- يجب التأكد من نظافة وتعقيم جميع المراحيض ومقابض الأبواب ومرافق غسل اليدين بانتظام.
- لتنظيف فعال، يجب اتباع الخطوات التالية في التنظيف والتعقيم:
  - تنظيف الأسطح من الأقل تلوثاً أو اتساخًا إلى الأماكن الأكثر تلوثاً أو اتساخًا.
  - تنظيف الأسطح من الأعلى إلى الأسفل.
  - تنظيف الأسطح بطريقة منتظمة.
- التنظيف والتعقيم الفوري للأسطح الملوثة بسوائل الجسم أو بالإفرازات من الجهاز التنفسى.



- في حال اتساخ أو تبلّل الكمامات يجب استبدالها فوراً بكمامة نظيفة وجافة.

- غسل اليدين بالصابون والمياه الجاري أو فركها بمعقم كحولي (٦٪ على الأقل) قبل إزالة الكمامة.

- عند نزع الكمامة، يجب إزالة الحلقات المطاطية من خلف الأذنين دون لمسها من الأمام.

- غسل اليدين بالصابون والمياه الجاري أو فركها بمعقم كحولي (٦٪ على الأقل) بعد إزالة الكمامة.

### ٢) كيفية الحفاظ على الكمامة القماشية وإعادة استخدامها

- إذا كانت الكمامة القماشية في حال جيدة (غير متسخة أو رطبة) وفي حال إعادة استخدامها، يمكن وضعها في كيس بلاستيكي نظيف محكم الإغلاق. وعند إعادة استخدامها، يجب إخراجها من الكيس عبر الإمساك بها من الشريطين المطاطيين.

- يجب غسل الكمامات القماشية بالصابون أو سائل التنظيف ويفضل استخدام ماء ساخن (لا تقل درارته عن ٦٠ درجة مئوية)، وذلك مرة يومياً على الأقل.

- إذا لم يتوفر الماء الساخن، يجب غسل الكمامة بالصابون/سائل التنظيف وماء على درجة حرارة الغرفة، ثم غليها لمدة دقيقة واحدة، أو نقعها في محلول الكلور بتركيز ١٪ لمنطقة واحدة ومن ثم غسلها جيداً بالماء على درجة حرارة الغرفة (إزالته أبي بقایا كلورين على الكمامة).

- الحرص على أن تكون الكمامة خاصة بشخص واحد ويجب عدم مُشاركتها مع الآخرين.



## تنظيف وتعقيم الأسطح الملوثة بسوائل الجسم أو بالإفرازات من الجهاز التنفسي



### أ) آلية تنظيف وتعقيم الأشباء والأسطح

عملية التنظيف:

- ١- الاستخدام السليم لمعدات الوقاية الشخصية كالقفازات والملابس الواقية والأحذية الواقية
- ٢- تنظيف بالماء والصابون أو السائل المنظف.
- ٣- الشطف بالماء لإزالة كل بقايا المنظفات التي قد تتفاعل مع المعقم.
- ٤- بعد الشطف، التعقيم باستخدام مبيض منزلي كمعقم (كلور يحتوي على ٠,٥٪ هيبوكلورايت الصوديوم).

- آلية تنظيف وتعقيم الأسطح الملوثة بسوائل الجسم (خاصة الإفرازات/السوائل عن طريق الجهاز التنفسي والبراز) باستخدام مبيض منزلي أساسه الكلور (بنسبة ٠,٥٪ من هيبوكلورايت الصوديوم<sup>١</sup>):



<sup>١</sup> بحسب توصيات منظمة الصحة العالمية، تم تحدث نسبة تركيز محلول هيبوكلورايت الصوديوم وتخفيفها من ٥٪ إلى ٠,٥٪. اقتضى توسيع هذه المعلومة لأن التعميم المرفق يرتكز على الماء والماء كورونا يوصي باستخدام نسبة تركيز ٠,٥٪ بحسب توصيات منظمة الصحة العالمية آنذاك.



## القسم الثاني: الإجراءات الوقائية للحد من انتشار عدو كوفيد-١٩

### ج) إرشادات تتعلق بالتنظيف والتعقيم الفعال

- يجب كتابة اسم جميع المُنْظفات والمعقمات بشكل واضح وصريح على المستوعب الذي يحويها، وحفظه في مكان جافٍ وبارد وفيه تهوية بعيداً عن أشعة الشمس وعن متناول الأطفال والحيوانات الأليفة.
- يجب التقيّد بإرشادات الاستعمال والتخفيف المدونة على عبوة محلول التعقيم، إذ تختلف نسبة تركيز المحلول الأساسية بحسب الأنواع التجارية.
- عملية تحضير المحلول من الكلور هي مسؤولية المرشد الصحي البيئي/المُسؤول الصحي في المؤسسة التعليمية، وفي المنزل يقوم بها أحد البالغين في العائلة وليس الأولاد.
- يجب ارتداء أدوات الحماية الشخصية خلال تحضير محليل التنظيف وخصوصاً عند تحضير محلول التعقيم هيبوكلوريت الصوديوم.
- يجب تحضير محلول التعقيم واستخدامه خلال ٢٤ ساعة فقط من تاريخ التحضير، والتقيّد بذلك لأن فعاليته تنخفض مع الوقت.
- يجب تجنب تكليس مواد التنظيف عبر شرائطها وحفظها، كما يجب التنبّه إلى تاريخ انتهاء صلاحية استخدامها.
- يوصى باستخدام المبيض المنزلي/الكلور كمعقم لأنه يتميز بما يلي: سريع المفعول ، تكلفته مُنخفضة، وفعال على شريحة واسعة من أنواع الجراثيم وفعال للغاية ضد معظم الفيروسات.
- إن المُنْظفات المنزليّة لا تحل محل المعقمات.
- استخدام المُنْظفات المنزليّة أولاً ثم تليها المعقمات.
- يوصى بعدم استخدام لوازم التنظيف غير المعروفة (أصول أو تركيبات كيميائية غير معروفة).
- يوصى بعدم خلط المُنْظفات مع المعقمات.

### ب) إعداد محلول التعقيم بنسبة ١٪ من صوديوم الهيبوكلوريت:

- إضافة ليتر واحداً من الكلور بتركيز ٥٪ إلى ٤٩ ليتراً من المياه النظيفة لتحضير ٥٠ ليتراً من محلول التعقيم الجاهز للاستعمال.



٤٩ ليتراً من المياه النظيفة + اضافة ليتر واحد من معقم الكلور بتركيز ٥٪ من صوديوم الهيبوكلوريت = ٥٠ ليتراً من محلول التعقيم بتركيز ١٪ من صوديوم الهيبوكلوريت

- أو إضافة جزء من المعقم (ملعقة، كوب، فنجان قهوة...) إلى ٤٩ جزءاً مُماثلاً من المياه النظيفة (١:٥٠ محلول من المُبيّض المُبيّض).

- أو إضافة ٤ ملاعق أو ٢٠ ملليتراً من المُبيّض المعقم الذي يكون بتركيز ٥٪ إلى ليتر واحد من المياه النظيفة للحصول على ليتر واحد من المحلول جاهز للاستعمال (١:١٠ محلول من المُبيّض المُبيّض).



٤ ملاعق (أو ٢٠ ملليتر) من الماء النظيف + لتر واحداً من محلول المُبيّض المنزلي-الكلور (تركيز ٥٪) = لتر واحداً من محلول التعقيم بنسبة ١٪ من صوديوم الهيبوكلوريت



## القسم الثاني: الإجراءات الوقائية للحد من انتشار عدوى كوفيد-١٩

- إذا لم يكن بالإمكان استخدام غسلة الملابس، يجب نقع الأنسجة في الماء والصابون ودعك الملابس لإزالة الأوساخ عنها مع الانتباه إلى تجنب تناول الماء على الوجه وخارج الوعاء أثناء دعك الملابس، ويتم تعقيم الملابس باتباع التالي:

- غلي الملابس بعد دعكها وغيرها من الأنسجة في برميل صغير (أو طنجرة قياس ضخم) مع تحرير الملابس أثناء الغلي بعصا خشبية، والانتباه أثناء التحرير لتفادي تناول قطرات المياه على الأرض والوجه أو على الأجسام الأخرى المحيطة. ويلي الغلي تفويح الغسيل بالماء لإزالة المواد المُنْظَفة (يُفضل تعليق الملابس والمنسوجات الأخرى على جبل الغسيل لتجف تحت أشعة الشمس).

- الطريقة الثانية تقضي نقع الملابس في محلول من الماء وهيبوكلورايت الصوديوم بنسبة ٠.٥٪ لمدة ثلاثة دقائق، ويلي ذلك التفويح بالمياه والتجفيف على جبل الغسيل تحت أشعة الشمس. لإعداد محلول تحتاج إلى جزء من المبيّض (ملعقة أو كوب) مع ٩٩ جزءاً من المياه النظيفة (ملعقة أو كوب).



### حماية الأطفال:

- تحت أي ظرف من الظروف، يجب منع الأطفال من شرب السائل الكهولي المستخدم في تنظيف اليدين لأنه مادة سامة.
- يجب حفظ جميع المنظفات والمعقمات بعيداً عن متناول الأطفال.
- يجب تدريب الأطفال على كيفية استخدام معقم اليدين الكهولي ومتبعتهم أثناء استخدامه.
- يجب تدريب الأطفال على كيفية تطبيق الارشادات الوقائية.

بالرغم من تفشي عدوى كوفيد-١٩، على الأهل متابعة تأقييم أطفالهم باللقاحات الروتينية لحمايتهم وتحصينهم ضد الأمراض المعديّة القاتلة والتي يمكن الوقاية منها باللقاح.



- يجب تجنب استخدام المعقم (المبيّض المنزلي) مباشرة على الأسطح.

- يجب إغلاق عبوات التنظيف والتعقيم بشكل صحيح.

- إن المواد العضوية الموجودة على الأسطح تقلل من فعالية مادة التعقيم ولذلك ينبغي التنظيف بالماء والصابون عليه الشطف، ثم التعقيم باستخدام المعقم كما هو موصى به.

- يجب العمل على فتح النوافذ واستخدام المراوح أو التهوية عند استخدام المعقم والابتعاد عن المكان لبعض الوقت عندما تزيد الرائحة.

- يجب تنظيف وتعقيم جميع مستلزمات التنظيف والمعدات القابلة لإعادة الاستخدام فوراً.

### د) كيفية تنظيف الملابس، والمناشف، والشراشف المُتَسخة لمريض يُشتبه بأنه مصاب بكوفيد-١٩

- ارتداء أدوات الحماية الشخصية عند العناية بغسيل الملابس المتسخة وغيرها من الأغراض التابعة لمريض كوفيد-١٩، والحفاظ على نظافة اليدين قبل ارتداء أدوات الحماية الشخصية وبعد ذلتها.

- على من يقوم بتنظيف أغراض مريض كوفيد-١٩ التنبه إلى إبعاد الأشياء عن جسمه، مثل المناشف والشراشف وغيرها، ووضعها في سلة خاصة لا تسرب منها السوائل إذا كانت الملابس أو غيرها من المنسوجات مبللة، ويعلم الجميع عن هذه السلة لتفادي استخدامها بوضع ملابسهم فيها.

- إذا كانت المنسوجات المتسخة لمريض كوفيد-١٩ مبللة بإفرازات جسم المريض، فيجب إزالة السوائل في المرحاض الذي يستخدمه المريض، أما إذا كان الحمام مُشتراكاً مع آخرين فيتم التخلص من السوائل في وعاء خاص ومن ثم رمي السوائل في المرحاض وذلك مع ارتداء أدوات الحماية الشخصية.

- غسل الملابس وغيرها من المنسوجات على درجة حرارة (٤٠-٩٠ درجة مئوية) باستخدام منظف الملابس العادي ومن ثم تجفيف الملابس بنشرها تحت أشعة الشمس كأفضل طريقة لضمان تعقيمها.



## القسم الثالث: الحجر الصحي في المنزل للشخص المخالط لحالة مرضية مثبتة

أو محتملة

يعتبر الحجر الصحي مسؤولية مجتمعية من قبل الفرد تجاه أفراد أسرته أولاً وتجاه مجتمعه ثانياً للحد من إنتشار وإنقال المرض.

**(أ) الهدف من الحجر الصحي المنزلي:**  
يهدف الحجر الصحي إلى:

- فصل الأفراد الأصحاء الذين كانوا على اتصال بحالة مرضية مثبتة أو محتملة عن الآخرين من أجل منع إنتشار.

- فصل الأفراد الذين تم تأكيد اصابتهم بعدوى فيروس السارس كوف-٢ وعزلهم عن باقي الأصحاء من أجل منع إنتشار.

**- تحديد المخالطين المقربين وفقاً للمذكورة رقم ٤٦، الصادرة عن وزارة الصحة العامة،  
 بتاريخ ٢٤ آب ٢٠٢٠.**

**• المخالطين المقيمين في منزل الحالة المثبتة.**

**• المخالطين العاملين في المكتب أو الفريق الذي يعمل مع الحالة المثبتة.**

**• المخالطين الذين تحدثوا مع الحالة المثبتة وجهاً لوجه ضمن مسافة أقل من متر واحد ولمدة  
أطول من ١٠ دقائق دون استعمال الكمامات (من قبل المخالط والمريض).**

**• ذلك ضمن الإطار الزمني التالي: بدءاً من يومين قبل ظهور العوارض (لحالة مع عوارض)، أو من  
تشخيص الحالة (حالة من دون عوارض).**

**ب) متى وكيف؟**

- يطلب من الأفراد المعنيين إما البقاء في المنزل أو الإنقال إلى مكان آخر (مراكز الحجر الصحي المعتمدة رسمياً في البلدية/القضاء/المحافظة) حيث تتوافر فيه شروط الحجر الصحي، وذلك وفق توجيهات وزارة الصحة العامة. يستمر الحجر لمدة ١٤ يوماً من تاريخ آخر احتكاك مع حالة مرضية مثبتة أو محتملة وعدم الذهاب إلى العمل أو المؤسسة التعليمية أو الأماكن العامة





### القسم الثالث: الحجر الصحي في المنزل للشخص المخالط لحالة مرضية مثبتة

أو محتملة

#### القسم الرابع : اتباع نظام غذائي صحي وإدارة الفغوطات الاجتماعية

##### والنفسية في ضوء جائحة كوفيد-١٩

###### أ. نصائح وإرشادات لإتباع نظام غذائي صحي

للأهل دوْرٌ أساسيٌّ في مواكبة نماء أولادهم لا سيما في ما يتعلق بتأمين نظام غذائي صحي ومتوزن. وبما أن التغذية السليمة تعمل على تعزيز جهاز المناعة بحيث يصبح أكثر قدرة على التصدي للجراثيم والتغلب عليها، من هنا يوصى باعتماد النصائح والإرشادات التالية:

- تجنب تناول الوجبات السريعة والمواد/الأطعمة الغذائية الجاهزة والمصنعة، وإستبدالها بطبق منزلي متوازن ومتتنوع يحتوي على الألياف، والبروتينات (ذات المصدر الحيواني أو النباتي)، والحبوب والفيتامينات.
- التركيز على تناول الفواكه والخضار (خمس حصص على الأقل في اليوم) الغنية بالفيتامينات، ومضادات الأكسدة التي تساعد على حماية الجسم من الأمراض.
- الإكثار من شرب المياه (٨ أكواب يومياً على الأقل).
- تناول الأطعمة التي تُعد مصدراً للبروتينات النباتية مثل العدس والفول والتي تتمتع بفترة صلاحية طويلة وقابلة للتذرذل، كما أنها غنية بالفيتامينات والمعادن.



ملاحظة:

تنصح منظمة الصحة العالمية بممارسة الأنشطة البدنية يومياً، مثل التنسه أو الركض خارجاً إذا كان الأمر متاحاً.

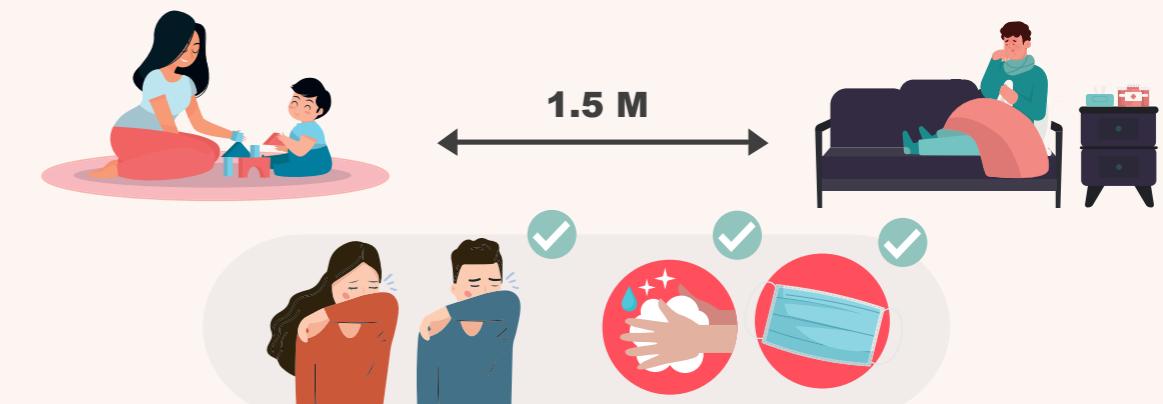
**ملاحظة تختص بالمؤسسات التعليمية:**  
في حال احتكاك أحد المتعلمين مع حالة مرضية مثبتة أو محتملة، يمكن للمتعلم الذي لا تظهر عليه أية عوارض، أن يعود إلى المؤسسة التعليمية بعد مرور ٤ يوماً بعد آخر اشتلاط مع الشخص المصاب بعده كوفيد-١٩. وفي حال كان المتعلم يعيش في المكان نفسه مع الشخص المصاب، يمكنه العودة إلى التعلم حضورياً بعد مرور ٤ يوماً من تاريخ الشفاء التام للشخص المصاب والذي توقف عن إظهار أي عارض، على أن يتم الاستدلال على تقرير طبي من الجهات المعنية يثبت شفاءه.

إذا ظهرت على أحد أفراد الأسرة العوارض الآتية: سعال/حرارة مرتفعة أو حمى/ضيق في التنفس أو عوارض أخرى فينبغي الالتزام بما يلي:

- ارتداء القناع الطبي لتفادي نقل العدوى إلى الآخرين.
- ممارسة نظافة اليدين الفعالة.
- التزام النظافة التنفسية الازمة/آداب السعال والعطس.
- الحفاظ على مسافة آمنة من مترين بين المصاب والآخرين.

• تجنب لمس أفراد آخرين عبر المصافحة، أو العناق أو التقبيل.

#### • الاتصال مباشرة بوزارة الصحة على الخط الساخن ٠١/٥٩٤٤٤٥٩



ملاحظة:

لتتعرف على كامل الإجراءات المتعلقة بالعزل الصحي المنزلي، الإطلاع على الدليل المرجعي حول اختبار وإدارة

مراكز الحجر الصحي عند زيارة الموقع التالي:

[https://www.lb.undp.org/content/lebanon/ar/home/library/crisis\\_prevention\\_and\\_recovery/NAPAC.html](https://www.lb.undp.org/content/lebanon/ar/home/library/crisis_prevention_and_recovery/NAPAC.html)





## القسم الرابع : اتباع نظام غذائي صحي وإدارة الضغوطات الاجتماعية

### والنفسية في ضوء جائحة كوفيد-19



#### ٣. كيفية التعامل مع الضغوط النفسية

- إن الضغط النفسي هو شعور طبيعي ينبع عن الحزن أو الخوف، أو الضياع خلال الأزمات.
- يوصى بعدم إخفاء الضغوط النفسية لأن ذلك يؤثر على نوعية الحياة اليومية كالنوم والشهية والمقدرة على التركيز.
- عندما يكثر الضغط النفسي قد يعاني الفرد من ألم في الرأس، أو ألم في المعدة، أو أعراض صحية أخرى متعددة.
- هناك أمور في الحياة لا نستطيع تغييرها كما في موت أحد الأعزاء، وتكون الاستجابة الصحية لهذه الأمور في التأقلم والتقبل. ومن ناحية ثانية، هناك بعض المشاكل في الحياة التي يستطيع الفرد التفكير بها وتحديدها ومعالجتها لتکف عن كونها مصدر قلق وإزعاج وهذا يتطلب الشجاعة والمعرفة الصحية للمشكلة وطريقة معالجتها.
- يجب تنمية مهارة التواصل مع الآخرين للحفاظ على الصداقات وتعزيز العلاقات الصحية معهم. ويمكن تعزيز ذلك عبر الإصغاء إلى الآخرين عندما يتكلمون وفهم ما يقولونه بشكل صحيح والطلب منهم التعبير الكلامي بوضوح. إن التعبير الكلامي المتبادل هو أساسى في فهم العلاقات وتحسينها.
- عند الشعور بالضغط النفسي يجب التعبير عن ذلك أمام الأشخاص الذين يحظون بثقتنا، حيث تكون العلاقة مبنية على التفاهم المتبادل، وهو لاءهم بعض أفراد العائلة والأصدقاء المقربين. فعند الشعور بالقلق والحزن، من الضروري التواصل مع هؤلاء المقربين أو مع أخصائي في علم النفس.
- يجب الحفاظ على مسافة متر ونصف عند لقاء الأصدقاء خلال جائحة كوفيد-19.



ما يجب فعله

تحدث عن عدوبي كوفيد-19 (Covid-19).

تحدث بدقة عن خطر عدوبي كوفيد-19، استناداً إلى البيانات العلمية وأحدث النصائح الصحية الرسمية.

تابع أخبار إنتشار مرض كوفيد-19 على المستوى الوطني، وتعزز على المعلومات العلمية حول كيفية إنتقال المرض عبر العدوبي وطرق الوقاية من خلال الممارسات الصحية السليمة التي تقي من الإصابة بالمرض.

تحتفظ من كيفية الحصول على الخدمات الصحية والحق في الحصول عليها، وتقتضي المعلومات عن الأمكنة التي تقدم فيها هذه الخدمات وكيفية الوصول إليها وإذا ما كانت مجانية أو بمقابل مادي.

تجنب الاجماع إلى العنف مع الآخرين عندما يلومونك بسبب الإيمابة بكوفيد-19.

عامل كل الناس بمساواة، وتجنب التمييز واعمل على تحقيق الدمج خاصّة مع الأشخاص من ذوي الاحتياجات الخاصة، وبلغ عن التعزز للعنف أو للاستغلال في حال حدوثه.

أظهر اللطف والتعاطف والدعم للأفراد المصايبين، وشارك الحقائق والمعلومات من مصادر موثوقة (منظمة الصحة العالمية، وزارة الصحة العامة، ومنظمة اليونيسف).

▶ <https://youtu.be/c8OqUEZ9w>

تحدث بشكل إيجابي وأكّد على فعالية الإجراءات الوقائية للحماية من التقاط المرض. هناك خطوات بسيطة يمكننا جميعاً أن نتّخذها للحفاظ على سلامة وصحة مجتمعنا كإجراء الفحص مبكراً والتزام الحجر الصحي.

ما لا يجب فعله

لا تنسّب المرض لمكان أو عرق، فهذا ليس «فيروس ووهان» أو «فيروس صيني» أو «فيروس آسيوي».

لا تربط المرض بمكان ما أو عرق ما عند التكلم عنه، فلا تشر إلى الأشخاص المصابين بالمرض باسم «حالات كورونا» أو «الحالياً»، ولا تستخدم المصطلحات التي تلفي باللوم على الشخص المصاب من خلال التحدث عن «الأشخاص الذين ينقلون المرض أو يصيبون الآخرين».

لا تكرر شائعات غير مؤكدة وتجنب استخدام لغة قطعية مصممة لتأليب الخوف مثل «الطاعون»، «نهاية العالم» إلخ..

لا تستخدم المصطلحات التي تجرّم أو تجرد من الإنسانية والتي تخلق الانطباع بأن أولئك الذين يعانون من المرض قد ارتكبوا شيئاً خطأً أو أنهם أقل إنسانية من الآخرين. هذا سيتسبب في تمنّعهم عن الإبلاغ عن إصابتهم أو إجراء الفحص أو طلب العلاج أو تنفيذ الحجر الصحي.

لا تؤكّد أو ترتكز على السلبية، أو رسائل التهديد. نحن بحاجة إلى العمل معاً للمساعدة في الحفاظ على سلامة الأشخاص الأكثر ضعفاً.



**ملاحظة:**

- طلب المساعدة في مجال الصحة النفسية هو الخيار الأفضل لك للحصول على الدعم المناسب. يمكن التواصل على الخط الساخن لوزارة الصحة العاشرة المخصص للدعم النفسي (Embrace Lifeline) ١٥٦٤ (Lifeline Embrace).  
- من الضروري الحفاظ على نظام حياة صحي يتضمن الحصول على ساعات كافية من النوم كل ليلة، وتناول الطعام الصحي، وممارسة التمارين الرياضية، والحفاظ على العلاقات الجديدة مع الأصدقاء.

#### ٤. العنف القائم على النوع الاجتماعي والحماية

- لقد أصبح واضحاً أن الحد من التحرّك، وتقليل التفاعل الاجتماعي، وإغلاق مؤسسات العمل بسبب الحجر المنزلي للسيطرة على كوفيد-١٩ يزيد من مخاطر التعرّض للعنف المنزلي ويحد من المقدرة على الابتعاد عن المعتمدي وعلى الوصول إلى الدعم الخارجي.

- إن التباعد الاجتماعي الذي جعل الناس تبقى في البيوت في ظل جائحة كوفيد-١٩، من شأنه مضاعفة العنف بين الشركاء الحميمين؛ فالفرد الذي يتعرّض للتدرش والإهانة والعنف، ليس مذنبًا ولا تتوجّب عليه العزلة كنتيجة ذلك.

- إن الفرد الذي يتعرّض للتدرش أو لأي نوع من الإساءة الجسدية أو الجنسية أو النفسية أو العاطفية له حق الحصول على المساعدة والدعم، فالإساءة في استخدام القوة أو السلطة نحو أي مواطن هي محظوظة. وفي كل الأوقات، جميع المواطنين بلا استثناء يجب أن يعاملوا باحترام، لذلك:

• عند التعرّض لأي نوع من الأذى أو العنف (العنف الجنسي، الجسدي، أو العاطفي) لا يقع الذنب عليك وأنت لست وحيداً.

• لديك الحق للوصول إلى الحماية الطبية والنفسية والقانونية وخدمات الدعم الأخرى.

• إن الخدمات المبنية على النوع الاجتماعي/الجender التي تقدّم تحترم السرية والخصوصية.

• إن الخدمات المبنية على النوع الاجتماعي/الجender هي خدمات مجانية ولا توجب على المستفيد

أن يقدّم أي شيء مقابل الحصول عليها.

- التحدث مع الأصدقاء أمر جيد، فمن الممكن مراسلتهم عبر البريد الإلكتروني، أو الاتصال بهم باستخدام منصات التواصل الاجتماعي أو بواسطة الرسائل الصوتية باستخدام تطبيق WhatsApp وتطبيقات الهاتف الذكي الأخرى إن أمكن ذلك.

- الحفاظ على نظام غذائي صحي متوازن عن طريق تناول مجموعة متنوعة من المواد الغذائية بما في ذلك الفاكهة والخضار والبروتينات والحبوب الكاملة، والبقول كالعدس والحمص وتناول الأطعمة الغنية بالمعذيات.

- شرب الكثير من الماء حتى في غياب العطش. كما يجب تخفيف الملح، وتناول الزيوت باعتدال، وتجنب التدخين وشرب الكحول.

- للحفاظ على النشاط والحيوية، يوصى بممارسة التمارين الرياضية كالمشي لمدة ساعة في اليوم، أو ممارسة بعض التمارين في المنزل والتي تنشّط الجسم.

- تجنب التدخين أو تعاطي المشروبات الكحولية أو المخدرات كوسيلة للتغلب على الضغوطات النفسية.

- السيطرة على المشاعر السلبية المتأتية من متابعة الأخبار والأحداث المدحزة والتقليل من المشاهدة على قدر الإمكان.

- التوجّه إلى تعزيز الهوايات وممارستها لأنّه الوقت المناسب للتفرّغ إلى فعل الأشياء التي نحبّها كالطالعة، والرسم، والاستماع إلى الموسيقى أو الغناء، أو صنع الأشياء الفنية اليدوية أو الخياطة، وغيرها من المهارات. قد تذكر مهنة سابقة مارينا بها وقمنا بأشياء ساعدتنا على تخطي الأزمة والشعور بالراحة. فلنكن إيجابيين، فالآزمات تمر و يجب عدم الاستسلام والشعور باليأس بل فلتكن الأمور إيجابية في حياتنا.

- في حال الشعور بصعوبة التعامل مع الضغط النفسي، يجب التحدث إلى عامل صحي أو أخصائي نفسي.



## القسم الخامس: المفاهيم الخاطئة وتصحيفها

أن الشخص غير مصاب بعدوى كوفيد-١٩ أو أي مرض رئوي آخر.

- إن فيروس السارس - كوف-٢ يستطيع أن ينتقل في بيئات حرارية مختلفة سواء أكانت شديدة الحرارة أم البرودة.

- إن الاستحمام بالماء الساخن لا يحمي من الإصابة بعدوى كوفيد-١٩.

- إن مجفف الهواء المستخدم لليدين الرطبتين ليس فعالاً في القضاء على فيروس السارس - كوف-٢.

- إن الضوء المصنوع من الأشعة فوق البنفسجية يجب عدم استخدامه لتعقيم اليدين أو أماكن أخرى من الجسم لأنه مؤذ وغير فعال.

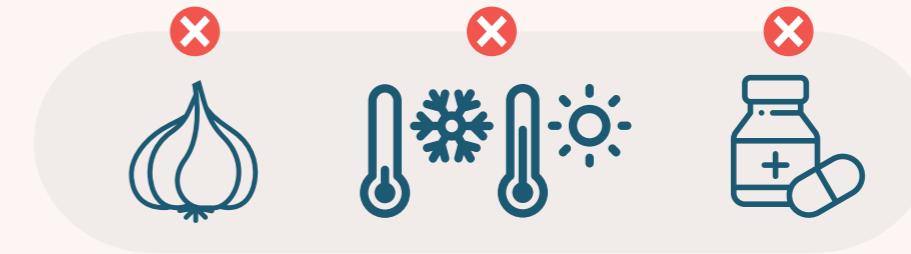
- لا يوجد إثبات أن غسل الأنف المستمر بالمياه المالحة يحمي الناس من الإصابة بعدوى كوفيد-١٩.

- الثوم هو من الأطعمة المفيدة والمغذية وقد يحتوي على بعض خصائص ضد الجراثيم، ولكن لا يوجد إثبات طبي أن تناول الثوم يحمي من الإصابة بعدوى كوفيد-١٩.

- إن الناس من كل الأعمار معرضون للإصابة بعدوى كوفيد-١٩، ولكن من يبلغ ستين عاماً وما فوق، والأشخاص الذي يعانون مسبقاً من حالات صحية (الربو، السكري، أمراض القلب، وغيرها) من الأمراض المزمنة) أظهروا أنهم أكثر عرضة من غيرهم لتدخّل الفيروس على جسمهم الصحي عند إصابتهم بعدوى كوفيد-١٩.

- إن أدوية المضادات الحيوية لا تعمل كدواء يقضي على الفيروس بل على البكتيريا، ولذلك يجب الامتناع عن استخدام أدوية المضادات الحيوية للوقاية من الإصابة. ومن الجدير بالذكر أن الاستشفاء من المرض قد يلزم الأطباء باستخدام المضادات الحيوية لعلاج العوارض الناتجة عن نشاط البكتيريا المرافق.

- لا يوجد أي دليل يشير إلى أن الفيروس ينتقل عن طريق الطعام، لذلك يجب على مُعدّي الطعام إتباع ارشادات النظافة بما يشمل غسل اليدين بانتظام وعند الحاجة، كما إن الطبخ الجيد على حرارة مرتفعة يقتل الفيروس.



- إن ارتداء القفازات في الأماكن العامة أمر غير موصى به ولم تثبت فعاليته أو اعتباره معياراً للوقاية من عدوى كوفيد-١٩.

• ارتداء القفازات في الأماكن العامة لا يسمح بممارسة نظافة اليدين، ولا يؤمن بذلك أية معايير إضافية للحماية من عدوى كوفيد-١٩ كما يفعل غسل اليدين.

• القفازات لا تؤمن الحماية الكاملة لأن الجراثيم قد تصل إلى جلد اليدين إذا كانت القفازات فيها عطب يسمح للجراثيم باختراقها أو تنتقل أثناء خلع القفازات.

• يستطيع الأشخاص الذين يرتدون القفازات نقل الجراثيم من سطح إلى آخر عند لمس هذه الأسطح المختلفة أثناء ارتداء القفازات، وحتى أنها تنقل الجراثيم إلى الفم والأنف والعينين عند لمس هذه الأجزاء بالقفازات.

- إن الماسحات الحرارية لا تستطيع الكشف عن الإصابة بعدوى كوفيد-١٩.  
- لا يتوفّر حتى الآن دواء مُرخص للعلاج أو للوقاية من عدوى كوفيد-١٩.

- إن إضافة البهارات إلى الدسائس أو الوجبات الأخرى لا يقي أو يشفى من عدوى كوفيد-١٩.  
- إن الفيروس المسبب لمرض كوفيد-١٩ لا ينتقل عبر الحشرات المنزلية الطائرة أو لسعات البرغش وأنواعه.

- إن رش المبيّض أو أي معقم آخر داخل الجسم لا يحمي أبداً من الإصابة بعدوى كوفيد-١٩ وقد يكون تصرفاً خطيراً.

- إن تعريف الجسم لحرارة أعلى من ٣٥ درجة مئوية لا يقي من الإصابة بمرض كوفيد-١٩.  
- إن استطاعة «حبس النفس» لمدة عشر ثوانٍ أو أكثر دون السعال أو الاحساس بالانزعاج لا يعني



## جدول بكل الروابط الالكترونية لمجموعة من الفيديوهات والمناشير حول المواقف المختلفة الواردة في هذا الدليل

٩. بالوعي نواجه فيروس كورونا (جاد - فيديو مخصص للأطفال):

<https://youtu.be/c8OqUEZ9u9w>

١٠. الحجر الصحي المنزلي للحد من إنتقال عدوى فيروس كورونا:

<https://youtu.be/lTVcpilaNWl>

١١. متى ينبغي ذهاب الشخص المصابة بعدهوى كوفيد-١٩ إلى المستشفى:

<https://youtu.be/P7FQHNMJh-w>

١٢. التغلب على الشعور بالقلق الناجم عن جائحة كوفيد-١٩ عند الكبار:

[https://www.who.int/docs/default-source/coronavirus/coping-with-stress-print-v0-ar.pdf?sfvrsn=df557c4e\\_2](https://www.who.int/docs/default-source/coronavirus/coping-with-stress-print-v0-ar.pdf?sfvrsn=df557c4e_2)

١٣. مساعدة الأطفال على التغلب على الشعور بالقلق الناجم عن جائحة كوفيد-١٩:

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/333468/Child-stress-COVID19-ara.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

١٤. خدمات التحصين المجانية

<https://youtu.be/3I96Csp6WuA>

١٥. أهمية الحفاظ على النظام الغذائي المتوازن خلال جائحة كوفيد-١٩:

<https://youtu.be/9AOOniDGjqzY>

١٦. ألعاب تثقيفية حول فيروس كورونا المستجد:

<https://kidsgame.redcross.org.lb>

١. طرق العدوى والوقاية من فيروس كورونا المستجد/السارس - كوف - ٢ (الجزء الأول):

<https://youtu.be/w6-kXOZ901g>

٢. أعراض فيروس كورونا وآلية التبليغ عن أي اصابة:

<https://youtu.be/RbYGslgHEmE>

٣. كيف نحمي أنفسنا من فيروس كورونا (تala - فيديو مخصص للأطفال):

<https://youtu.be/HadJAMxgxpI>

٤. كيف نحمي أنفسنا من فيروس كورونا (الجزء الثاني):

<https://youtu.be/9WF9MZZba2s>

٥. كيفية استخدام الكمامة المصنوعة من القماش بطريقة آمنة:

[https://www.youtube.com/watch?v=9Tv2BVN\\_WTk](https://www.youtube.com/watch?v=9Tv2BVN_WTk)

<https://www.dropbox.com/s/7mvIkdavtq135pk/%D9%83%D9%85%D8%A7%D9%85%D8%A9%20%D9%82%D9%85%D8%A7%D8%B4.mp4?dl=0>

٦. كيفية استخدام الكمامة الطبية:

<https://www.youtube.com/watch?v=pQKAeR0bplo>

<https://www.dropbox.com/s/k7iqxd512g4mokr/%D9%83%D9%85%D8%A7%D9%85%D8%A9%20%D8%B7%D8%A8%D9%8A%D8%A9.mp4?dl=0>

٧. إرشادات التنظيف والتعقيم:

<https://www.youtube.com/watch?v=XY1FHHTMYnw>

٨. إرشادات التنظيف والتعقيم (تala - فيديو مخصص للأطفال):

<https://youtu.be/IhYAxlclxUc>



الجمهوريّة اللبنانيّة  
وزارة التربية والتعليم العالي

الدليل الصحي للمؤسسات التعليمية حول الإجراءات الوقائية  
لمنع إنتقال وإنشار فيروس سارس - كوف-٢ (SARS-CoV-2) كوفيد-١٩  
المسبب لعدوى كوفيد-١٩

الجزء الثاني: معلومات تثقيفية وتوعوية  
حول الوقاية الشخصية والمجتمعية

