



ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΑΝΕΝΑΡΞΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΚΟΜΜΩΤΗΡΙΑ ΜΕΤΑ ΑΠΟ LOCKDOWN ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ ΚΟΡΟΝΟΪΟΥ SARS-COV 2

ΑΘΗΝΑ, ΜΑΙΟΣ 2020

Αγαπητές και αγαπητοί συνάδελφοι,

Το Επαγγελματικό Επιμελητήριο Αθηνών, ανταποκρινόμενο στην ανάγκη των μελών του για έγκυρη και έγκαιρη πληροφόρηση, προετοίμασε, σε συνεργασία με ειδικούς επιστήμονες, τους ΟΔΗΓΟΥΣ ΕΠΑΝΑΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ με οδηγίες για τα μέτρα Υγιεινής και Ασφάλειας. Οι ΟΔΗΓΟΙ ΕΠΑΝΑΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ θα ετοιμαστούν για τους Κλάδους ΑΙΣΘΗΤΙΚΟΙ, ΚΟΜΜΩΤΗΡΙΑ, ΣΧΟΛΕΣ ΟΔΗΓΩΝ, ΚΕΝΤΡΑ ΞΕΝΩΝ ΓΛΩΣΣΩΝ - ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑ ΜΕΣΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ, ΛΙΑΝΙΚΟ ΕΜΠΟΡΙΟ, ΕΣΤΙΑΣΗ, ΓΡΑΦΕΙΑ/ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΑ ΠΑΡΟΧΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ, ΠΕΡΙΠΤΕΡΑ, ΠΡΑΤΗΡΙΑ ΚΑΥΣΙΜΩΝ, ΣΧΟΛΕΣ ΧΟΡΟΥ, ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ, ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ, ΚΡΕΟΠΩΛΕΙΑ-ΠΑΝΤΟΠΩΛΕΙΑ-ΜΑΝΑΒΙΚΑ, ΠΡΑΚΤΟΡΕΙΑ ΟΠΑΠ, ΚΕΝΤΡΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ/ΑΙΣΘΗΤΙΚΟΙ.

Το ΕΕΑ από την πρώτη στιγμή της πρωτοφανούς κρίσης στάθηκε στο πλευρό των μελών του με κάθε δυνατό τρόπο. Οι άξονες στους οποίους κινήθηκε η υποστήριξη ήταν δυο. Ο πρώτος άξονας η ΕΓΚΑΙΡΗ ΚΑΙ ΕΓΚΥΡΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ. Ο δεύτερος άξονας οι ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ των μελών μας.

Οργανώσαμε μια μεγάλη ομάδα με δέκα ειδικούς συνεργάτες του ΕΕΑ, (δικηγόρους, φοροτεχνικούς, εργατολόγους, ειδικοί σε υγιεινή και ασφάλεια) έτσι ώστε να μπορούμε σε ταχύτατο χρόνο να απαντάμε στα ερωτήματα των μελών μας. Απαντήσαμε ατομικά σε 12.000 ερωτήματα (emails) αναφορικά με τα νέα μέτρα και πως επηρεάζουν τις επιχειρήσεις.

Στα τέλη Μαρτίου ξεκινήσαμε τα πρώτα webinars όπου οι ειδικοί συνεργάτες του ΕΕΑ απαντούσαν σε βίντεο στις ερωτήσεις που είχαν όλοι οι επαγγελματίες ανά την

Ελλάδα. Δώσαμε απαντήσεις για όλα τα επίμαχα ζητήματα, ακόμα και για τα πιο ειδικά. Καλέσαμε όλους τους Κλάδους να κάνουν δωρεάν χρήση της υποδομής του ΕΕΑ και του ανθρώπινου δυναμικού του, ώστε να κάνουν Κλαδικά webinars και να ενημερώσουν οι κλάδοι τα μέλη τους για τα τρέχοντα ζητήματα. Έως σήμερα έχουν οργανωθεί πάνω από 20 webinar και άνω των 15.000 επαγγελματίες από όλη την Ελλάδα παρακολούθησαν τους ειδικούς συνεργάτες του ΕΕΑ, δικηγόροι,



φοροτεχνικοί, εργατολόγοι, ειδικοί σε υγιεινή και ασφάλεια παραβρέθηκαν και απάντησαν σε εκατοντάδες ερωτήσεις των συμμετεχόντων.

Παράλληλα οι εργαζόμενοι του ΕΕΑ, που και εκείνοι αναγκάστηκαν να δουλέψουν από απόσταση, υπερέβαλλαν εαυτούς ώστε να στηρίξουν με κάθε τρόπο τα μέλη μας, εργαζόμενοι στο μέγιστο των δυνατοτήτων τους.

Η Διοίκηση του ΕΕΑ επικοινωνούσε συστηματικά με τα αρμόδια Υπουργεία ώστε να ενημερώσει για τα αιτήματα των Κλάδων και είμαστε περήφανοι γιατί 15 παρεμβάσεις μας εισακούστηκαν και έγιναν οι ανάλογες αλλαγές. Οι παρεμβάσεις μας έλαβαν και δημόσια διάσταση καθώς σε συνεχή βάση μέλη της Διοίκησης του ΕΕΑ έκαναν παρεμβάσεις στα ΜΜΕ και αναδείκνυαν τα ζητήματα που απασχολούσαν τα μέλη του ΕΕΑ. Χαρακτηριστικές οι παρεμβάσεις μας για τα 800 ευρώ και τις απαράδεκτες εξαιρέσεις, για την μη έγκαιρη καταβολή των 800 ευρώ, για τους ΚΑΔ που εξαιρέθηκαν, για την μείωση της Προκαταβολής φόρου, την οριζόντια ενίσχυση επιχειρήσεων και άλλες πολλές.

Είμαστε δίπλα στα μέλη μας, στηρίζουμε κάθε επιχείρηση, στηρίζουμε την Ελληνική Οικονομία.

Γιάννης Χατζηθεοδοσίου

Πρόεδρος Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Αθηνών

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ ΑΘΗΝΩΝ ATHENS CHAMBER OF TRADESMEN



ΤΑ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΩΝ «ΟΔΗΓΩΝ ΕΠΑΝΑΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ» ΑΝΗΚΟΥΝ ΣΤΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ ΑΘΗΝΩΝ.

Επιτρέπεται η αναπαραγωγή των «ΟΔΗΓΩΝ ΕΠΑΝΑΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ» με την σαφή αναφορά του Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Αθηνών.

Απαλλακτική ρήτρα – Αποποίηση Ευθυνών

Οι πληροφορίες που διατίθενται στους «ΟΔΗΓΟΥΣ ΕΠΑΝΑΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ» αποτελούν μια προσφορά ενημερωτικού χαρακτήρα και δεν υποκαθιστούν ή αντικαθιστούν την υποχρέωση εφαρμογής των οδηγιών των μόνων επίσημων αρμόδιων οργάνων της Πολιτείας, αλλά και όσων ενδεχομένως παρέχονται σε προσωπικό εξειδικευμένο επίπεδο. Το περιεχόμενο των «ΟΔΗΓΩΝ ΕΠΑΝΑΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ» είναι διαθέσιμο στο κοινό, μόνο για γενικούς πληροφοριακούς λόγους, δεν αποτελεί πρόταση ή προτροπή για την εφαρμογή αυτού, δεν απαλλάσσει των υποχρεώσεων πλήρους εφαρμογής των υπό της Πολιτείας δια των επίσημων και αρμοδίων οργάνων θεσπιζομένων μέτρων, όρων και προϋποθέσεων για τη λειτουργία των επιχειρήσεων σε σχέση με την αντιμετώπιση του *ιού SARS-COV-2 και τη λοίμωξη COVID-19*, και απηχεί τις επιστημονικές απόψεις αποκλειστικά των συντακτών, ειδικών επιστημόνων, και όχι, κατ'ανάγκη, του Ε.Ε.Α.. Παρά την επισταμένη προσπάθεια για προσεκτική παράθεση των διαθέσιμων πληροφοριών, δεν αναλαμβάνουμε καμία ευθύνη και δεν εγγυόμαστε για την ορθότητα, την πληρότητα και την επικαιρότητα των πληροφοριών που παρατίθενται στους «ΟΔΗΓΟΥΣ ΕΠΑΝΑΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ». Το Περιεχόμενο αυτών παρέχεται αποκλειστικά για πληροφοριακούς λόγους. Το Περιεχόμενο δεν σας παρέχει συμβουλές ή συστάσεις οποιουδήποτε είδους και δεν πρέπει ποτέ να χρησιμοποιείται σαν υποκατάστατο συμβουλών που παρέχονται από εξειδικευμένο επιστήμονα σε προσωπικό επίπεδο. Το Επαγγελματικό Επιμελητήριο Αθηνών δεν υπόκειται ή υποχρεούται σε ικανοποίηση τυχόν αξιώσεων ευθύνης, κάθε είδους σχετικά με ζημιές υλικής ή ηθικής φύσεως που προκαλούνται από τη χρήση ή την μη χρήση των διατιθέμενων πληροφοριών, ή αντίστοιχα από τη χρήση ανακριβών ή ελλιπών πληροφοριών, εφόσον από πλευράς του Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Αθηνών δεν υπάρχει αποδεδειγμένα πρόθεση ή βαριά αμέλεια. Το Επαγγελματικό Επιμελητήριο Αθηνών δεν ευθύνεται για οποιουδήποτε είδους ζημιές που θα μπορούσαν να προκύψουν από την πρόσβαση ή τη χρήση αυτών των πληροφοριών. Επιπλέον, σε καμία περίπτωση δεν φέρουμε ευθύνη για τυχόν απαιτήσεις νομικής ή αστικής ή/και ποινικής φύσης ούτε για τυχόν ζημία (θετική, ειδική ή αποθετική η οποία ενδεικτικά και όχι περιοριστικά, διαζευκτικά ή/και σωρευτικά συνίσταται σε απώλεια κερδών, δεδομένων, διαφυγόντα κέρδη, χρηματική ικανοποίηση κ.λ.π.). Σε περίπτωση που τμήματα ή επιμέρους διατυπώσεις αυτού του κειμένου δεν είναι, ή δεν είναι πλέον, ή δεν είναι πλήρως ορθές νομικά σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία, τα λοιπά μέρη του κειμένου παραμένουν ανέπαφα όσον αφορά στο περιεχόμενο και στην εγκυρότητά τους. Το Επαγγελματικό Επιμελητήριο Αθηνών διατηρεί ρητώς το δικαίωμα να αλλάξει, να συμπληρώσει, να σβήσει ή να απενεργοποιήσει προσωρινά ή μόνιμα, τμήματα ή το σύνολο της ιστοσελίδας του, χωρίς ιδιαίτερη προειδοποίηση. Σε κάθε περίπτωση το περιεχόμενο των «ΟΔΗΓΩΝ ΕΠΑΝΑΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ» υπόκειται σε συνεχή αναθεώρηση ανάλογα με τις εκάστοτε ανάγκες προσαρμογής του από τους συντάκτες αυτών.



**ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΑΝΕΝΑΡΞΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ
ΣΕ ΚΟΜΜΩΤΗΡΙΑ ΜΕΤΑ ΑΠΟ LOCKDOWN
ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ ΚΟΡΟΝΟΪΟΥ SARS-COV -2**

Επιμέλεια: Κων/νος Ντελέζος, Υγιεινολόγος Msc, PhDc, Λέκτορας Εφαρμογών
Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής (Συντονιστής Επιστημονικής ομάδας)

Κυριακοπούλου Γεωργία , Υγιεινολόγος Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής

Καραβασίλη Μαριάννα, Υγιεινολόγος Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΙΟ SARS-COV-2 ΚΑΙ ΤΗ ΛΟΙΜΩΞΗ COVID-19

Στην Κίνα, σε μια πόλη της επαρχίας Hubei, στο Wuhan, ένα νέο στέλεχος κορονοϊού αναγνωρίστηκε ως αίτιο κρουσμάτων πνευμονίας στα τέλη του 2019. Υπήρξε ραγδαία μετάδοση του ιού και οδήγησε αρχικώς σε επιδημία σε όλη την Κίνα, στη συνέχεια εξαπλώθηκε παγκοσμίως, πλήττοντας πλέον σχεδόν όλες τις ηπείρους. Όπως κάθε άλλος ιός του αναπνευστικού, μεταδίδεται μέσω σταγονιδίων που βγαίνουν από το στόμα των μολυσμένων ατόμων κατά την ομιλία, τον βήχα και το φτέρνισμα. Ο ιός μπορεί να επιβιώσει στο περιβάλλον από μερικές ώρες μέχρι και μερικές ημέρες (ανάλογα με την επιφάνεια και τις περιβαλλοντολογικές συνθήκες), ενώ πιθανός τρόπος μετάδοσης θεωρείται το άγγιγμα μιας μολυσμένης επιφάνειας και στη συνέχεια το άγγιγμα βλεννογόνων (συνήθως των ματιών ή του στόματος). Οι άνθρωποι που μολύνονται από τον κορονοϊό SARS-CoV-2 μπορεί να εμφανίσουν πυρετό, βήχα, δύσπνοια (δυσκολία στην αναπνοή), να αισθάνονται κουρασμένοι και να έχουν μυϊκούς πόνους. Επίσης έχουν αναφερθεί διαταραχές στην όσφρηση και στη γεύση. Τα προβλήματα με την αναπνοή συμβαίνουν όταν η λοίμωξη προσβάλει τους πνεύμονες, προκαλώντας πνευμονία. Τα συμπτώματα συνήθως εμφανίζονται λίγες ημέρες μετά τη λοίμωξη με τον ιό, στις περισσότερες περιπτώσεις αυτό το χρονικό διάστημα είναι 3-7 ημέρες (μέσος όρος 5,2 ημέρες) μετά την έκθεση. Όμως, σε κάποιους ανθρώπους τα συμπτώματα εμφανίζονται μετά από μεγαλύτερο διάστημα (έως και 14 ημέρες). Συνήθως πρόκειται για μια ήπια νόσο και περίπου το 98% των ανθρώπων που μολύνονται επιβιώνουν. Η πλειονότητα των περιπτώσεων (>80%) είναι ήπιες (με λίγα συμπτώματα, όμοια του κοινού κρυολογήματος) και μπορούν να αναρρώσουν στο σπίτι. Όμως σε κάποιες περιπτώσεις, προκαλείται σοβαρή νόσος (περίπου στο 14%) και σε ένα μικρότερο ποσοστό (περίπου στο 5%) πολύ σοβαρή νόσος. Κάποιοι άνθρωποι δεν εμφανίζουν καθόλου συμπτώματα, ή έχουν μόνο ήπια συμπτώματα κοινού κρυολογήματος. Σε άλλους ανθρώπους, η λοίμωξη με τον COVID-19 μπορεί να προκαλέσει σοβαρά προβλήματα, όπως πνευμονία ή ακόμα και θάνατο. Αυτό συμβαίνει συχνότερα σε ανθρώπους που έχουν κι άλλα προβλήματα, σοβαρά προβλήματα υγείας και στους ηλικιωμένους. Τα επιστημονικά δεδομένα και η κατανόηση αυτού του νεότερου κορονοϊού SARSCoV-2 και της νόσου (COVID-19) που προκαλεί, βρίσκονται ακόμη υπό εξέλιξη.



ΑΝΑΓΚΗ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗΣ

Για να εισέλθουμε σε φάση αποκατάστασης της κανονικότητας, θα πρέπει να επανέλθει η εμπιστοσύνη των ανθρώπων που χρησιμοποιούν ένα χώρο. Αυτό θα γίνει με αλλαγές στον τρόπο οργάνωσης της εργασίας των μόνιμα απασχολούντων στη συγκεκριμένη επιχείρηση, αλλά και κινήσεις που θα δημιουργήσουν αίσθημα ασφάλειας των επισκεπτών από την πρώτη στιγμή εισόδου στο χώρο.

ΑΡΧΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

1. Ο κάθε εισερχόμενος συμπληρώνει έγγραφο ατομικών στοιχείων (ονοματεπώνυμο, τηλέφωνο, διεύθυνση κατοικίας) για να μπορεί να ειδοποιηθεί σε περίπτωση στενής επαφής του με τον ίδιο εντός του χώρου.

Ως στενή επαφή ορίζεται η συνεύρεση (π.χ. συνεργασία σε πολύ κοντινή απόσταση, κοινό διάλειμμα) με επιβεβαιωμένο κρούσμα για χρόνο >15 min ή συνεύρεση με πιθανό κρούσμα για χρόνο >2 ώρες.

2. Καθορίζονται πολιτικές και πρακτικές, όπως τηλεργασία/τηλεκπαιδεύσεις και ευέλικτες ώρες εργασίας (π.χ. κλιμακωτές βάρδιες) για να αυξηθεί η φυσική απόσταση μεταξύ των εργαζομένων.
3. Εξετάζεται το ενδεχόμενο ακύρωσης μη βασικών επαγγελματικών ταξιδιών σε άλλες χώρες ανά γεωγραφικό προορισμό. Εξετάζεται το ενδεχόμενο ακύρωσης μεγάλων συναντήσεων ή γεγονότων που σχετίζονται με την εργασία στο συγκεκριμένο χώρο.
4. Λαμβάνεται μέριμνα για ενημέρωση των εργαζομένων από ειδικούς για παράβλεψη του φόβου, του άγχους, των φημών και της παραπληροφόρησης.
5. Λαμβάνεται μέριμνα για την ύπαρξη ικανού αποθέματος σε απολυμαντικά, χαρτικά και απορρυπαντικά για τους κοινόχρηστους χώρους, τα γραφεία, τις τουαλέτες.
6. Λαμβάνεται μέριμνα για την συντήρηση και την καλή λειτουργία όλων των εγκαταστάσεων που αφορούν την υγεία και την υγιεινή των χώρων, με έμφαση στις τουαλέτες.
7. Προτείνεται όλα τα εξωτερικά έντυπα, φάκελοι, αλληλογραφία να διεκπεραιώνονται από τους εργαζόμενους 24 ώρες μετά την παραλαβή τους και αφού παραμείνουν σε ειδικά καθορισμένο χώρο των υπηρεσιών, χωρίς να αγγίζονται για το ίδιο χρονικό διάστημα, καθώς ο κορονοϊός μπορεί να παραμείνει ενεργός πάνω σε χάρτινες επιφάνειες για ορισμένες ώρες.
8. Προτιμάται η χρήση καρτών και όχι μετρητών.



ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ

Οι εργαζόμενοι εισέρχονται στο χώρο εργασίας όταν:

1. ΔΕΝ εμφανίζουν συμπτώματα οξείας λοίμωξης αναπνευστικού (βήχα, πυρετό, πονόλαιμο, ρινική καταρροή, δύσπνοια)
2. ΔΕΝ αποτελούν στενή επαφή επιβεβαιωμένου κρούσματος Covid-19
3. ΔΕΝ ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες καθ' υπόδειξη του θεράποντος ιατρού τους
4. ΔΕΝ υπάρχει σοβαρό υποκείμενο πρόβλημα υγείας που τους καθιστά ευάλωτους έναντι του Covid-19 σε σχέση με τα καθήκοντά τους στη θέση εργασίας τους

ΑΤΟΜΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

Διατήρηση κοινωνικών αποστάσεων καθ' υπόδειξη επικαιροποιημένων οδηγιών του ΕΟΔΥ και του Υπουργείου Υγείας. Σύμφωνα με τις τελευταίες οδηγίες τηρείται απόσταση σε όλους τους χώρους φυσικής συνύπαρξης 1,5 μέτρου κατ'ελάχιστον.

Πλύσιμο των χεριών τακτικά και σχολαστικά με σαπούνι και ζεστό νερό ή με αλκοολούχο διάλυμα και αποφυγή επαφής των χεριών με το πρόσωπο (μάτια, μύτη, στόμα).

Κάλυψη του βήχα ή το φτερνίσματος με χαρτομάντιλο το οποίο απορρίπτεται άμεσα, με ευθύνη του ίδιου του ατόμου. Αν αυτό δεν είναι διαθέσιμο, κάλυψη με το εσωτερικό του αγκώνα.

Χρήση όλων των μέσων ατομικής προστασίας που προβλέπονται κατά περίπτωση (σύσταση για χρήση μάσκας από το προσωπικό και τους πελάτες). Δεν δημιουργείται υποχρέωση χρήσης για τους πελάτες, λόγω της πιθανότητας δημιουργίας ψευδούς αισθήματος ασφάλειας. Για τον ίδιο λόγο δεν προτείνεται προς το παρόν υποχρεωτικός έλεγχος θερμομέτρησης των εισερχομένων στο κομμωτήριο. Το σύμπτωμα του πυρετού σχετίζεται με διάφορες παθολογικές καταστάσεις και όχι απαραίτητα με τον COVID19. Η απουσία πυρετού, ως κριτήριο υγείας πιθανόν να οδηγούσε σε μείωση της κοινωνικής απόστασης.

Συχνός καθαρισμός και απολύμανση όλων των επιφανειών που αγγίζονται από άτομα (πόμολα, χειρολαβές, διακόπτες, κουπαστές, κουμπιά ασανσέρ, επιφάνειες Kenlar, ξύλινες, μεταλλικές, μαρμάρινες, κοινόχρηστα πληκτρολόγια, φωτοτυπικό μηχάνημα, διακόπτες φωτός, πόρτες γραφείων).

Συνεχής φυσικός αερισμός εργασιακών χώρων.

Αποφυγή χρήσης κλιματιστικών, σχολαστικός καθαρισμός φίλτρων και συντήρηση των συσκευών ανακύκλωσης /ψύξης.



Αποφυγή χρήσης ασανσέρ. Σε περίπτωση ανάγκης χρησιμοποιείται με πληρότητα 40% και υποχρεωτική χρήση μάσκας από όλους.

Κατά την χρήση της τουαλέτας, το καζανάκι χρησιμοποιείται με το κάλυμμα κλειστό, για αποφυγή εκτίναξης πιθανών μολυσμένων αερολυμάτων με τον ιό, στο πρόσωπο.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

- ❖ Αυστηρή τήρηση όλων των κανόνων υγιεινής
- ❖ Πλύσιμο των χεριών τακτικά και σχολαστικά με σαπούνι και ζεστό νερό ή με αλκοολούχο διάλυμα και αποφυγή επαφής των χεριών με το πρόσωπο (μάτια, μύτη, στόμα).
- ❖ Κάλυψη του βήχα ή του φτερνίσματος με χαρτομάντιλο το οποίο απορρίπτεται άμεσα. Αν αυτό δεν είναι διαθέσιμο, κάλυψη με το εσωτερικό του αγκώνα.
- ❖ Χρήση όλων των μέσων ατομικής προστασίας που προβλέπονται κατά περίπτωση (μάσκα)
- ❖ Συχνός καθαρισμός και απολύμανση όλων των επιφανειών που αγγίζονται από εργαζόμενους.
- ❖ Συχνός αερισμός εργασιακών χώρων τουλάχιστον 2 φορές τη μέρα και για 20 - 30 λεπτά
- ❖ Αποφυγή χρήσης κλιματιστικών, σχολαστικός καθαρισμός φίλτρων και συντήρηση των συσκευών ανακύκλωσης / ψύξης

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

- ❖ Σε περίπτωση που ο χώρος δεν χρησιμοποιείται (π.χ. Σαββατοκύριακο) συστήνεται να γίνει ο καθαρισμός πριν την έναρξη χρήσης του, γιατί το ιϊκό φορτίο αναμένεται ότι θα έχει μειωθεί σημαντικά μέσα σε αυτό το χρονικό διάστημα, από την τελευταία ανθρώπινη παρουσία (Παρασκευή μεσημέρι).
- ❖ Χρήση γαντιών μιας χρήσης και στολής εργασίας από το προσωπικό καθαριότητας. Τα γάντια μετά τη χρήση τους πρέπει να απορρίπτονται αμέσως στις πλαστικές σακούλες των κάδων απορριμμάτων και να μη γίνονται προσπάθειες καθαρισμού τους, π.χ. πλύσιμο των γαντιών μιας χρήσης και επαναχρησιμοποίησή τους. Επισημαίνεται ότι, η χρήση γαντιών μιας χρήσης δεν αντικαθιστά σε καμιά περίπτωση το πλύσιμο των χεριών.
- ❖ Εφαρμογή των τυπικών εργασιών καθαρισμού, δίνοντας έμφαση στο συχνό καθαρισμό των λείων επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά με κοινά



καθαριστικά, δηλαδή υγρό σαπουνι και νερό, ή διάλυμα οικιακής χλωρίνης 10% (1 μέρος οικιακής χλωρίνης αραιωμένο σε 10 μέρη νερό) ή αλκοολούχο αντισηπτικό. Το διάλυμα χλωρίνης δεν προτείνεται για επιφάνειες που έρχονται σε επαφή με τα χέρια, λόγω της επικινδυνότητας της σε αθροιστική δερματική επαφή.

- ❖ Οι συσκευασίες απορρυπαντικών και απολυμαντικών που τελειώνουν, δεν ξαναγεμίζονται, αλλά απορρίπτονται διότι υπάρχει κίνδυνος επιμόλυνσης του περιεχομένου.

ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ

- ❖ Οι ανθρώπινοι κορονοϊοί αδρανοποιούνται με διαδικασία απολύμανσης επιφανειών εντός ενός λεπτού (1') με αντιμικροβιακούς παράγοντες όπως: Υποχλωριώδες νάτριο σε συγκέντρωση 0,1%, Αιθανόλη 70% και Υπεροξειδίο του υδρογόνου 0,5%.
- ❖ Απολύμανση με σφουγγάρισμα- τρίψιμο σε επιφάνειες. Δεν συστήνεται η χρήση μηχανισμού εκνέφωσης ή ψεκασμού, εκτός εάν έγινε χρήση του χώρου από επιβεβαιωμένο κρούσμα.
- ❖ Μόλις στεγνώσουν οι χημικές ουσίες από τις επιφάνειες τα άτομα μπορούν να εισέλθουν στους χώρους.
- ❖ Η συνεχής χρήση απολυμαντικών χημικών ουσιών οδηγεί στη ανάγκη χρήσης φυσικών μεθόδων απολύμανσης . Ως τέτοια εναλλακτική λύση εμφανίζεται η χρήση της υπεριώδους μικροβιοκτόνου ακτινοβολίας C (UVC) με τις απαραίτητες προφυλάξεις που υποδεικνύονται παρακάτω:
 - Ο σχετικός εξοπλισμός UVC να είναι επαγγελματικού τύπου
 - Περιοχή εκπομπής UVC λαμπτήρων μεταξύ 240-280nm
 - Ισχύς UVC λαμπτήρων τουλάχιστον 80 watt με δυνατότητα ρύθμισης της ισχύος
 - Σύστημα ασφάλειας αυτόματης διακοπής λειτουργίας σε περίπτωση που εισέλθει άτομο ή ανιχνευθεί κίνηση στο χώρο
 - Σύστημα ασφαλείας μέσω τηλεχειρισμού
 - Διάρκεια απολύμανσης ικανή για την απενεργοποίηση ιών, βακτηρίων βάσει πρωτοκόλλου ανάλογα με το μέγεθος του χώρου και την ισχύ του εξοπλισμού
 - Κατά προτίμηση προστατευτικά καλύμματα εξοπλισμού και λαμπτήρων για προστασία από ενδεχόμενη θραύση (στην περίπτωση που περιέχουν υδράργυρο)Σε συνεννόηση με τον εφαρμοστή θα πρέπει να διευκρινίζεται η συμβατότητα της UVC ακτινοβολίας με πλαστικές επιφάνειες.

ΕΙΔΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΓΙΑ ΤΑ ΚΟΜΜΩΤΗΡΙΑ

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΡΟΦΗΣ ΣΤΗΝ ΚΑΝΟΝΙΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ



- ❖ Παρά τη σταδιακή άρση των περιορισμών που αναμένεται ο ιός θα εξακολουθεί να υπάρχει, και θα μπορούσε και πάλι να εξαπλωθεί πολύ γρήγορα κυρίως στο μη άνοσο πληθυσμό και να προκαλέσει μεγάλο αριθμό σοβαρών προβλημάτων υγείας στους εργαζόμενους αλλά και δυσλειτουργίας στην επιχείρηση / οργανισμό. Προς το παρόν δεν είναι δυνατό να προβλεφθεί τότε θα είναι διαθέσιμος ένας αποτελεσματικός εμβολιασμός ή μια ευρέως εφαρμόσιμη θεραπεία
- ❖ Τήρηση της αναλογίας τετραγωνικών και παρευρισκομένων στους χώρους αναμονής. Ισχύ περιορισμού των τετραγωνικών μέτρων, δηλαδή για καταστήματα μέχρι 20 τετραγωνικά θα μπορούν να βρίσκονται εντός 4 άτομα. Αν το κατάστημα είναι 100 τετραγωνικά θα μπορούν να βρίσκονται μέχρι 12 άτομα. Ο πληθυσμός των ατόμων που αναφέρεται είναι μικτός δηλαδή εργαζόμενοι και πελάτες μαζί.
- ❖ Σε περίπτωση που υπάρχει δώμα τότε θα πρέπει να διπλασιάζονται τα τετραγωνικά που ισχύουν ανά άτομο από τα 5 στα 10 τ.μ. καθώς σε αυτές τις περιπτώσεις ο αέρας είναι ταυτόχρονος και στους δύο ορόφους και η μετάδοση γίνεται πιο εύκολα.
- ❖ Υποχρεωτική η χρήση μάσκας για το προσωπικό της επιχείρησης.
- ❖ Υποχρεωτική η χρήση γαντιών από τους εργαζομένους και αλλαγή ανά πελάτη. Η χρήση γαντιών πρέπει να εφαρμόζεται σε κάθε διαδικασία που ακολουθείται στο κομμωτήριο-κουρείο.
- ❖ Υποχρεωτική η χρήση ρόμπας/μπέρτας και πετσέτας, η οποία θα πρέπει να αλλάζεται ανά πελάτη. Προτείνεται η χρήση ρόμπας/μπέρτας κουρέματος μιας χρήσης. Σε περίπτωση που είναι επαναχρησιμοποιούμενες, θα πρέπει μετά την χρήση τους να πλυθούν σε θερμοκρασία άνω των 70°C.
- ❖ Να υπάρχουν διαθέσιμα μάσκες, γάντια και αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα στις εισόδους του κομμωτηρίου – κουρείου.
- ❖ Οι πελάτες και το προσωπικό κατά την είσοδό τους στο κομμωτήριο – κουρείο πρέπει να απολυμαίνουν τα χέρια τους με το αλκοολούχο διάλυμα, να φοράνε μάσκα και γάντια.
- ❖ Το αλκοολούχο διάλυμα να έχει άδεια ΕΟΦ περιεκτικότητα αλκοόλης ή μίγματος αλκοολών (αιθανόλη, ισοπροπανόλη ή προπανόλη) με άθροισμα 70% και πιστοποίηση CE.
- ❖ Καθαρισμός κάθε πρωί, πριν και μετά την προσέλευση των συνεργατών, όλων των χώρων και των επιφανειών (πόμολα, συσκευές τηλεφώνου, γραφεία).
- ❖ Να απαγορεύεται το κάπνισμα εντός της επιχείρησης.
- ❖ Να υπάρχουν στον χώρο σε εμφανή σημεία πόστερ υπενθύμισης των μέτρων.
- ❖ Οι πελάτες θα προσέρχονται μόνο με ραντεβού, μέσω τηλεφώνου και ηλεκτρονικών μέσων. Η ώρα προσέλευσης και ολοκλήρωσης των υπηρεσιών των ραντεβού θα πρέπει να τηρείται αυστηρά για να αποφεύγεται ο συνωστισμός εντός του χώρου.



- ❖ Σύσταση αποφυγής διαδοχικών ραντεβού μεταξύ παιδιών και ηλικιωμένων καθώς και μεταξύ ατόμων που ανήκουν σε ευπαθή ομάδες και ατόμων που δεν ανήκουν σε αυτές.
- ❖ Σε περίπτωση που για τον οποιοδήποτε λόγο προκύψει αλληλοκάλυψη των ραντεβού οι πελάτες δεν πρέπει να συνωστίζονται στον χώρο αναμονής αλλά να περιμένουν εκτός του χώρου της επιχείρησης, τηρώντας αποστάσεις 1,5 μέτρου.
- ❖ Οι επιχειρήσεις οφείλουν να συμπληρώνουν κατάλογο με ραντεβού, όπου θα περιλαμβάνονται τα στοιχεία των πελατών (ονοματεπώνυμο, τηλέφωνο, διεύθυνση κατοικίας) και να τον δείχνουν στα ελεγκτικά όργανα.
- ❖ Τα κλιματιστικά θα πρέπει να παραμένουν κλειστά και να εξασφαλίζεται η καλή συντήρησή τους. Σε περίπτωση που χρειαστεί να λειτουργήσουν επιτρέπεται μόνο η χρήση εκτός ανακυκλώμενου αέρα, με γρίλιες προς τα ψηλά και λειτουργία 24/7. Συστήνεται κατά τη λειτουργία του κλιματιστικού να υπάρχει κάποια πόρτα ή παράθυρο ανοιχτό, έστω και με μικρό άνοιγμα.
- ❖ Πρέπει επίσης να εξασφαλίζεται η καλή λειτουργία και συντήρηση των εξαερισμών του χώρου.
- ❖ Σε περίπτωση που χρησιμοποιείται ιονιστής άνθρακα, θα πρέπει να υπάρχει κάποια πόρτα ή παράθυρο ανοιχτό, έστω και με μικρό άνοιγμα.
- ❖ Προτείνεται η μη ταυτόχρονη χρήση εξαερισμού και ιονιστή άνθρακα.
- ❖ Οι πόρτες και τα παράθυρα θα πρέπει να παραμένουν ανοιχτά για να δημιουργείται ρεύμα.
- ❖ Αντικατάσταση των υφασμάτων των πετσετών με πετσέτες μιας χρήσης, οι οποίες θα απορρίπτονται σε κάδο που υπάρχει στα λουτρά.
- ❖ Ύπαρξη και χρήση αντιβακτηριακού σαπουνιού στο μπάνιο, χαρτί μιας χρήσης για το στέγνωμα των χεριών και ποδοκίνητος κλειστός κάδος απορριμμάτων.
- ❖ Τακτικός καθαρισμός με αντιβακτηριακά προϊόντα καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας των σκληρών επιφανειών, των λαβών των θυρών στο σαλόνι, του χώρου υποδοχής, των λουτρών και του χώρου αναμονής.
- ❖ Καθαρισμός με αντιβακτηριακά μαντηλάκια από την ομάδα υποδοχής των τηλεφώνων, των μηχανημάτων καρτών και των υπολογιστών εντός της ημέρας.
- ❖ Αντικείμενα όπως το κινητό τηλέφωνο, το οποίο πολλοί συνήθιζαν να αφήνουν πάνω σε επιφάνειες, να παραμένει στην τσάντα του πελάτη.
- ❖ Απόσταση μεταξύ των θέσεων εργασίας 2 μέτρα.
- ❖ Τοποθέτηση απολυμαντικού διαλύματος σε όλες τις θέσεις εργασίας.
- ❖ Προσοχή να δοθεί στο στέγνωμα μαλλιών με το πιστολάκι, διότι γίνεται περιστροφή αέρα. Γι αυτό θα πρέπει να είναι ανοιχτές οι πόρτες και τα παράθυρα για να γίνεται ανανέωση του αέρα.
- ❖ Απολύμανση των εργαλείων που χρησιμοποιούν (π.χ. χτένες, ψαλίδια) ανά πελάτη.
- ❖ Καλό πλύσιμο των χεριών με ζεστό νερό και σαπούνι πριν και μετά την ολοκλήρωση οποιασδήποτε περιποίησης του πελάτη, όπως επίσης πριν και



- μετά τη χρήση της τουαλέτας. Τα πλυμένα χέρια πρέπει να τα σκουπίζουμε με χαρτί μιας χρήσης το οποίο να απορρίπτεται μετά τη χρήση του.
- ❖ Να μην υπάρχουν έντυπα ενημέρωσης/περιοδικά και κατάλογοι επιλογής χρωμάτων και σχεδίων κουρέματος για την μείωση της διασποράς.
 - ❖ Για την επιλογή των χρωμάτων βαφής θα πρέπει να υπάρχει συγκεκριμένη παλέτα την οποία θα βλέπει ο πελάτης για να επιλέξει χρώμα βαφής και η οποία μετά από κάθε χρήση θα καθαρίζεται και θα απολυμαίνεται σχολαστικά
 - ❖ Τοποθέτηση προστατευτικού plexiglass μεταξύ πελάτη και εργαζομένου κατά την διάρκεια του λουσίματος στην οπίσθια θέση λουσίματος. Εναλλακτικά, προτείνεται η χρήση προσωπίδας σε συνδυασμό με την μάσκα στην οπίσθια και πλάγια θέση λουσίματος..
 - ❖ Κατά την διάρκεια του ξυρίσματος, ο εργαζόμενος θα πρέπει να φοράει διπλή μάσκα.
 - ❖ Χρήση ξυραφιών μιας χρήσης.
 - ❖ Τοποθέτηση προστατευτικού plexiglass μεταξύ πελάτη και εργαζομένου. Κατά την διάρκεια μανικιούρ θα πρέπει να τοποθετείται μεταξύ πελάτη και εργαζομένου ενώ στην περίπτωση του πεντικιούρ θα πρέπει να ρυθμίζεται ανάλογα με το ύψος.
 - ❖ Τα μαξιλάρια που στηρίζουν τα χέρια ή τα πόδια των πελατών, το χαρτί και τα υφάσματα που τοποθετούνται πάνω σε αυτά να είναι ξεχωριστά για κάθε πελάτη. Τα υφασμάτινα πανιά θα πρέπει να απολυμανθούν για να χρησιμοποιηθούν εκ νέου. Το χαρτί ΑΠΟΡΡΙΠΤΕΤΑΙ.
 - ❖ Απολύμανση των κεφαλών των μηχανημάτων μετά από κάθε πελάτη.
 - ❖ Την ευθύνη για την τήρηση των κανόνων υγιεινής φέρει αποκλειστικά το κομμωτήριο – κουρείο.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Οδηγίες εφαρμογής απλής χειρουργικής μάσκας

- ❖ επιλογή του σωστού μεγέθους
- ❖ εφαρμογή της υγιεινής των χεριών πριν την τοποθέτηση της μάσκας
- ❖ εφαρμογή της μάσκας στο πρόσωπο έτσι ώστε να καλύπτει πλήρως τη μύτη, το στόμα και το πηγούνι (σταθερά, χωρίς κενά)
- ❖ πίεση του μεταλλικού στοιχείου στη ράχη της μύτης
- ❖ ασφάλιση με τα κορδόνια στη μεσότητα του πίσω μέρους της κεφαλής και του λαιμού. Εάν πρόκειται για μάσκα με ελαστικούς βρόγχους αυτοί εφαρμόζονται γύρω από τα αυτιά
- ❖ αποφυγή επαφής της μάσκας μετά την τοποθέτηση, αλλιώς εφαρμογή της υγιεινής των χεριών πριν και μετά την επαφή
- ❖ αφαίρεση της μάσκας πιάνοντας μόνο τα κορδόνια πρώτα από κάτω και μετά από πάνω. Εάν πρόκειται για μάσκα με ελαστικούς βρόγχους αφαιρείται πιάνοντας ταυτόχρονα τους βρόγχους,
- ❖ απόρριψη στον ειδικό κάδο
- ❖ εφαρμογή της υγιεινής των χεριών
- ❖ αποφυγή επαναχρησιμοποίησης της μάσκας (είναι μιας χρήσης)

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ ΑΘΗΝΩΝ ATHENS CHAMBER OF TRADESMEN



- ❖ αφαίρεση, απόρριψη και αλλαγή στην περίπτωση που είναι ρυπαρή ή κατεστραμμένη

Οι οδηγίες θα μπορούν να αναπροσαρμόζονται ανάλογα με τις εντολές της επίσημης πολιτείας.