

ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ԿԱՆՈՆՆԵՐ
ՄԱՐՄՆԱՄԱՐՉԱԿԱՆ ՕԲՅԵԿՏՆԵՐԻ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՈԼՈՐՏՈՒՄ
ԿՈՐՈՆԱՎԻՐՈՒՍԱՅԻՆ ՀԻՎԱՆԴՈՒԹՅԱՆ (COVID-19) ՏԱՐԱԾՄԱՆ
ԿԱՆԽԱՐԳԵԼՄԱՆ

Առողջ և անվտանգ պայմաններ ապահովելու պարտականությունն ամբողջ ծավալով կրում է ընկերությունը: Մարմնամարզական օբյեկտներն ապահովվում են ՀՀ առողջապահության նախարարի 2018 թվականի հոկտեմբերի 27-ի «Մանկապատանեկան մարզադպրոցների տեղակայմանը, կառուցվածքին և շահագործմանը ներկայացվող պահանջներ» N 2.1.2. 002-18 սանիտարական կանոնները հաստատելու մասին» թիվ 25-Ն հրամանի պահանջները: Մարմնամարզական օբյեկտներում կորոնավիրուսային հիվանդության (COVID-19) կանխարգելման ուղղությամբ աշխատանքներն իրականացվում են ըստ երկրում համաճարակային իրավիճակի զարգացման փուլերի: Ներկա փուլում գործում են աշխատանքի կազմակերպման ստորև ներկայացված կանոնները:

1. Ընդհանուր կանոններ

- 1) Անհրաժեշտ է հնարավորինս ձեռնպահ մնալ կորոնավիրուսի ծանր հիվանդության զարգացման բարձր ռիսկային խմբի աշխատողներին աշխատանքի ներգրավելուց՝ պահպանելով ՀՀ աշխատանքային օրենսգրքի 186-րդ հոդվածով սահմանված կանոնները: Գործատուն հավաստիանում է իր աշխատակցի՝ կորոնավիրուսի ծանր հիվանդության զարգացման բարձր ռիսկային խմբում գտնվելու մասին աշխատողի կողմից ներկայացված բժշկական փաստաթղթի հիման վրա: Բարձր ռիսկային խմբում ներառված են՝
 - ա. ընկճված իմունային համակարգ ունեցող անձինք,
 - բ. 65 և բարձր տարիքի անձինք,
 - գ. Քրոնիկ հիվանդություններ ունեցող անձինք (շնչառական հիվանդություններ՝ ասթմա, թոքային քրոնիկ հիվանդություն (COPD), էմֆիզեմա կամ բրոնխիտ, սրտի քրոնիկ անբավարարություն, երիկամների քրոնիկ հիվանդություն, լյարդի քրոնիկ հիվանդություն (հեպատիտ), քրոնիկ նյարդաբանական հիվանդություն (Պարկինսոնի հիվանդություն, ցրված սկլերոզ (MS), ուղեղային կաթված տարած),
 - դ. շաքարային դիաբետ ունեցող անձինք:
- 2) Մարմնամարզական օբյեկտների ղեկավարության կողմից նշանակվում է կորոնավիրուսային հիվանդության (COVID-19) կանխարգելման միջոցառումների պատասխանատու, ով հսկողության սահմանման նպատակով իրականացնում է առնվազն ախտահանումների, աշխատողների առողջական վիճակի մասին գրանցումները՝ համաձայն սույն որոշման հավելված N 19-ի:
- 3) Մարմնամարզական օբյեկտների ընդհանուր մուտքի, զուգարանի, լողարանի, հանդերձարանի, խոհանոցային հատվածի (առկայության դեպքում), առանձին սրահների մուտքերի մոտ ապահովվում է ախտահանիչներով (ալկոհոլային

հիմքով) տարողությունների, անձեռոցիկների և աղբարկղի տեղադրում, ինչպես նաև կորոնավիրուսային հիվանդության (COVID-19) կանխարգելման միջոցառումների վերաբերյալ տեղեկատվական պաստառի տեղադրում՝ հիմք ընդունելով սույն որոշման հավելված N 18-ի:

- 4) Աշխատանքի և մարզումների ներկայանալիս իրականացվում է աշխատակիցների (տվյալները գրանցվում են առանձին գրանցամատյանում՝ համաձայն սույն որոշման Հավելված 19-ի) և այցելուների ջերմաչափում՝ բացառելով սուր շնչառական վարակներին բնորոշ ախտանիշներ ունեցող և ջերմող անձանց մուտքը մարզասրահ: Աշխատողների շրջանում նման դեպքերի առկայության ժամանակ վերջինիս մասին տեղեկատվություն է տրամադրվում Առողջապահության նախարարության թեժ գիծ՝ 8003 հեռախոսահամարով:

Աշխատակիցների և այցելուների մուտքը մարմնամարզական օբյեկտ թույլատրվում է բացառապես դիմակներով:

- 5) Չի թույլատրվում կողմնակի անձանց մուտքը մարմնամարզական օբյեկտներ՝ բացառությամբ հրատապ անհրաժեշտության դեպքերի (օրինակ՝ մարզասարքերի վերանորոգման նպատակով): Վերջիններիս կողմից սարքավորումների կիրառման դեպքում մինչ օգտագործումը դրանք ախտահանվում են:
- 6) Մարզասարքերը տեղադրվում են միմյանցից առնվազն 2 մետր հեռավորության վրա: Անհրաժեշտության դեպքում դահլիճից հեռացվում է սարքավորումների մի մասը:

2. Տարածքի ախտահանումը

- 1) Աշխատանքի ժամանակացույցը կազմվում է այնպես, որ մարմնամարզական օբյեկտներում պատշաճ ժամանակ տրամադրվի մաքրության և ախտահանման կազմակերպմանը:
- 2) Ապահովում է ձեռքերի կանոնավոր և մանրակրկիտ լվացման, չորացման համար անհրաժեշտ պարագաների, ներառյալ՝ ջրի, օճառի, ալկոհոլային հիմքով ձեռքերի ախտահանիչների, դիմակների առկայությունը:
- 3) Յուրաքանչյուր օր՝ ֆիքսված ժամերի, իրականացվում է տարածքի, մարմնամարզական օբյեկտների մակերեսների, մարզասարքերի, դռների բռնակների, սեղանների, ձեռքով հնարավոր հաճախակի հպման մակերեսների (մարզման պարագաների մակերեսներ, սարքավորումների վրայի բռնակներ և այլն), սանհանգույցների, լողախցիկների մակերեսների ախտահանում:
- 4) Ամեն օր մարզումների ավարտից հետո իրականացվում է սպորտային օբյեկտի ամբողջ տարածքի մանրակրկիտ մաքրում և ախտահանում: Ախտահանման նպատակով կիրառվում են քլորի հիմքով կամ 60-80% սպիրտ պարունակող ախտահանիչ նյութեր՝ վերջիններիս կից մեթոդական ուղեցույցին համապատասխան:
- 5) Մարզասրահներն օդափոխվում են յուրաքանչյուր 2-3 ժամը մեկ: Մարզասրահներում մարզումների ժամանակ արտաքին ջերմաստիճանի համեմատ 50°C բարձր տարբերության պայմաններում բացվում են մեկ-երկու պատուհան: Ավելի ցածր ջերմաստիճանի դեպքում, մարզասրահներում

մարզումներն անցկացվում են բաց օդանցքներով, իսկ միջանցիկ օդափոխությունը կատարվում է մարզումների ընդմիջման ժամանակ՝ մարզվողների բացակայությամբ: Օդի հարաբերական խոնավությունը ապահովվում է 40-60% սահմաններում:

- 6) Յուրաքանչյուր այցելուի մարզումից հետո շփման բոլոր մակերեսները մշակվում են 60-80%-անոց սպիրտային հիմքով ախտահանիչ նյութերով:
- 7) Յուրաքանչյուր օգտագործումից հետո հանդերձապահարաններն անհրաժեշտ է մաքրել ախտահանիչ նյութերով: Անձնական իրերը հանդերձապահարաններում պահվում են մեկանգամյա օգտագործման պարկերի մեջ:
- 8) Այցելուների ջրի շշերի և սրբիչների համար ապահովվում է անհատականության սկզբունքը:
- 9) Մարզագորգերն ախտահանվում են մինչ դրանց կիրառումը: Վերանայվում են այն մարզումների տեսակները, որոնց ընթացքում մասնակիցները պետք է շրջանաձև տեղափոխվեն և կիսեն նույն սպորտային մարզագորգը:
- 10) Այցելուների և աշխատակիցների սնվելու համար առանձնացվում է տաք ջրով և օճառով լվացվելու և ձեռքերի ախտահանման հնարավորությամբ տարածք:
- 11) Սահմանափակվում են այնպիսի սարքերի օգտագործումը, ինչպիսիք են՝ սուրճի մեքենաները, միկրոալիքային վառարանները և այլն, կամ ապահովվում են ախտահանիչ միջոցներ՝ օգտվելուց հետո դրանք ախտահանելու համար: Միաժամանակ՝ ընդմիջումների ժամանակացույցը կազմվում է այնպես, որ միաժամանակ քիչ թվով աշխատակիցներ օգտվեն ընդմիջումից՝ կուտակումները բացառելու նպատակով:

3. Հաճախորդների համար կանոններ

- 1) Մարզասրահում անհրաժեշտ է խուսափել մարդկային կուտակումներից: Այդ նպատակով սրահի յուրաքանչյուր 8 քառ. մետրում թույլատրվում է առավելագույնը 1 հոգու առկայություն:
- 2) Հնարավորինս սահմանափակվում են մարզումների տևողությունը և մարզվողների միջև սերտ շփումները: Հնարավոր բոլոր հանձնարարությունները այցելուները կատարում են տանը, իսկ դրանց հետ կապված քննարկումներն իրականացվում են հեռավար եղանակով:
- 3) Այցելուները ներկայանում են մարզումների արդեն մարզահագուստը հագած, ինչպես նաև մարզվելուց առաջ և հետո ցնցուղի ընդունումն իրականացվում է տանը:
- 4) Մարզումների ընթացքում բացառվում են մարզասրահներում այցելուների կուտակումները: Հնարավորության դեպքում՝ ոչ խմբային սպորտաձևերի պարագայում, սահմանվում է մարզումների հերթափոխային գրաֆիկ:
- 5) Սպորտային օբյեկտում հնարավորության դեպքում առանձնացվում են մարզումների գոտիներ՝ տարբեր մարզաձևերի և առանձին այցելուների համար: