

كوفيد 19

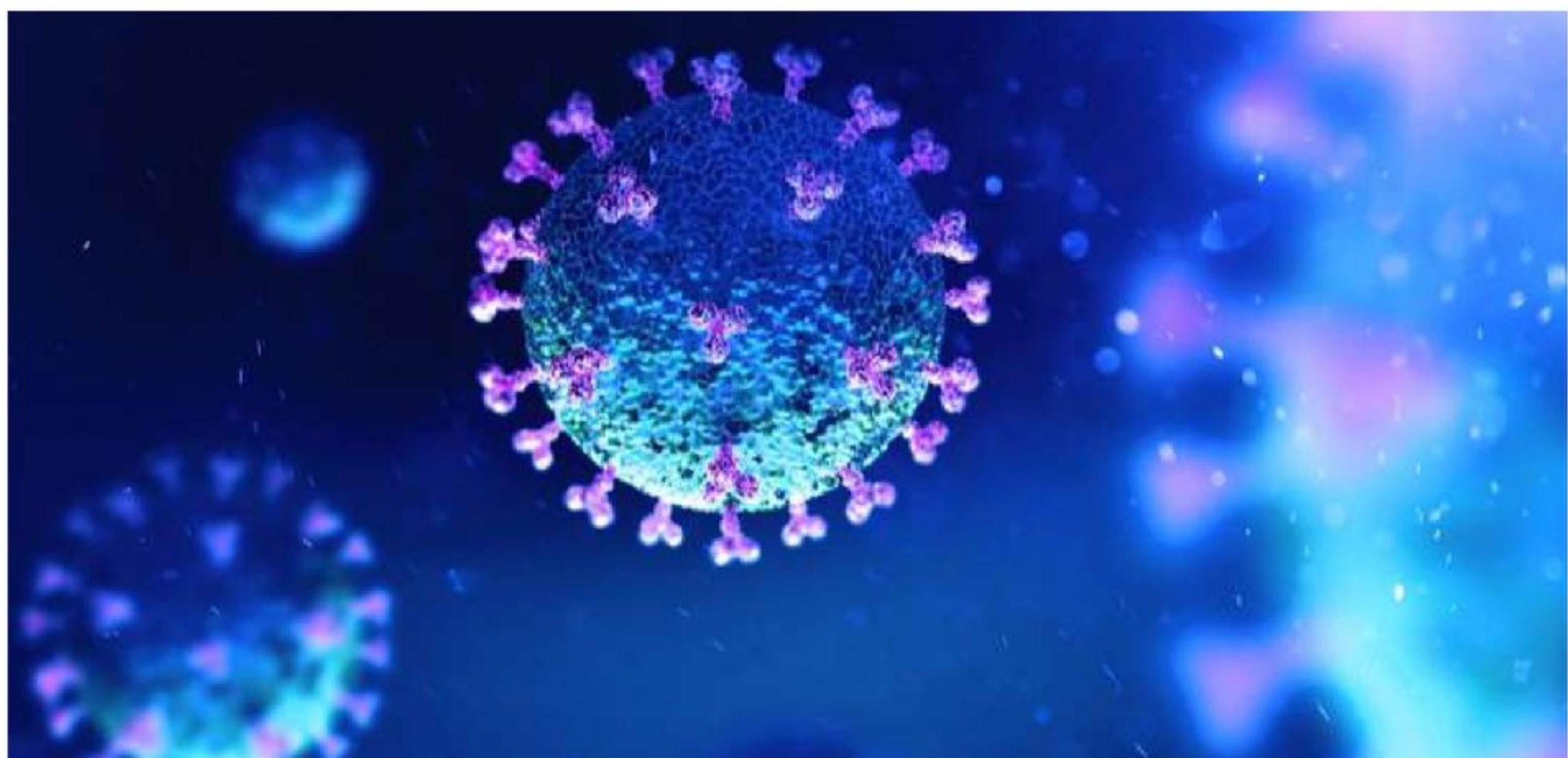
وزارة الصحة
إدارة الطب المدرسي والجامعي



البروتوكول الصحي العام

الخاص بالعودة المدرسية والجامعية 2020-2021

دليل لفائدة المؤسسات التربوية والتعليمية والتكوينية الراجعة بالنظر لوزارات المرأة والأسرة والطفلة وكبار السن، الشؤون الدينية، التربية، التعليم العالي والبحث العلمي، التكوين المهني والتشغيل والشؤون الاجتماعية



هذا الدليل قابل للتعديل و التحبيين وفق تطور الوضع الوبائي لجائحة كوفيد 19

نسخة أوت 2020



فريق الإعداد :

• إدارة الطب المدرسي والجامعي :

- د. أحلام قزارة الزرقوني، مديرية
- د. لطفي بن حمودة، متفقد مركزي
- د. ماجدة عمارة، كاهية مدير
- د. سنية الخذري، رئيسة مصلحة

• جمعيات علمية :

- د. إلهام التركي، الجمعية التونسية لطب أعصاب الطفل والمراهم
- د. نجوى الميلادي، الجمعية التونسية لطب أعصاب الطفل والمراهم
- د. سميرة حليم، الجمعية التونسية للطب النفسي للأطفال والمراهمين
- د. يسر معلى، الجمعية التونسية للطب النفسي للأطفال والمراهمين
- د. لمياء غرس الله، جمعية أطباء الأطفال بالقطاع الخاص لجهة تونس

• جمعيات المجتمع المدني :

- د. معز الشريفي، الجمعية التونسية للدفاع عن حقوق الطفل

• أشخاص مرجعية :

- د. رافلة تاج الدلاجي، طبيبة أطفال أولى للمستشفيات

المصادقة :

- تمت مناقشة المحتوى من خلال جلسة عمل تحت إشراف السيد المدير العام للصحة وبحضور ممثلين عن إدارة الطب المدرسي والجامعي والمرصد الوطني للأمراض الجديدة والمستجدة وإدارة حفظ صحة الوسط وحماية المحيط وممثلين عن وزارات : التربية، المرأة والأسرة والطفولة وكبار السن، الشؤون الدينية، التعليم العالي والبحث العلمي، الشؤون الاجتماعية، التكوين المهني والتشغيل والهيأكل الراجعة لها بالنظر.

- تمت المصادقة من طرف اللجنة العلمية لمجابهة كوفيد 19 بوزارة الصحة.



السياق

منذ عطلة الربيع المدرسية للسنة الدراسية 2019/2020 التي انطلقت في 12 مارس 2020 عوضا عن 14 مارس 2020، أغلقت المؤسسات التربوية من مستوى ما قبل الدراسة إلى التعليم العالي، كذلك مؤسسات التكوين المهني والتربية المختصة، نتيجة الوضع الوبائي المتعلق بكورونا 19.

وعملأ بإجراءات رفع الحجر الصحي وفي إطار الإعداد لإجراء الامتحانات الوطنية تقرر إعادة فتح :

- المعاهد الثانوية لمواصلة الدروس لمدة شهر ثم إجراء امتحان البكالوريا
- المدارس الإعدادية لمناظرتها ختم التعليم الأساسي وختم التعليم الإعدادي لمدة يومين لكل منها
- فضاءات التكوين للمتكوينين بالأقسام النهائية
- رياض الأطفال والكتاتيب عند عودة أولياءهم إلى النشاط المهني

محتوى الدليل

- يتضمن هذا الدليل إجراءات التوقي من كوفيد 19 خلال العودة المدرسية والجامعية 2020/2021 بالمؤسسات التربوية : فضاءات الطفولة، الكتاتيب، المدارس الابتدائية والإعدادية، المعاهد، فضاءات التكوين المهني والمؤسسات الجامعية ومراكمز التربية المختصة.
- تشمل إجراءات التوقي :
 - فضاءات التربية والتكوين (قاعات الأنشطة، قاعات التدريس والتعليم والتكوين)
 - فضاءات الإقامة (المبيتات)
 - فضاءات الطعام (قاعات الأكل، المطاعم،...)
 - وسائل النقل المدرسي
- تشمل هذه التوصيات كذلك مراكز الطب المدرسي والجامعي ومراكمز الصحة الجامعية.
- ويتعين تطبيق الإجراءات والتوصيات الصحية الواردة به.



الاتفاقية المشتركة بين الوزارات المعنية :

تم يوم 27 أوت 2020 بمقر وزارة الصحة عقد اتفاقية مشتركة حول البروتوكول الصحي موضوع هذا الدليل بين وزارات الصحة ، التربية، التعليم العالي والبحث العلمي، المرأة والأسرة والطفولة وكبار السن، الشؤون الدينية، التكوين المهني والتشغيل، الشؤون الاجتماعية.

وزيرة المرأة والأسرة
والطفولة وكبار السن
أسماء السحيري العبيدي

الوزيرة المكلفة بتسهيل
وزارة التعليم العالي والبحث
العلمي
لبنى الجريبي

وزير التربية
محمد الحامدي

وزير الشؤون الاجتماعية
محمد الحبيب الكشو

وزير التكوين المهني
والتشغيل
فتحي بال حاج

وزير الشؤون الدينية
أحمد عظوم

الوزير المكلف بتسهيل
وزارة الصحة
محمد الحبيب الكشو



1- التوصيات الصحية بمؤسسات ما قبل الدراسة (الكتاتيب ورياض الأطفال) :

الإجراءات	الأشخاص / الفضاءات المعنية	التوصيات الصحية
نظافة اليدين : الغسل بالماء والصابون أو الفرك بال محلول المائي الكحولي	- الأطفال - أعوان الطفولة	كل ساعة وعند الاقتضاء و مختلف الوضعيات الموجبة لذلك*
ارتداء الكمامات	- الأطفال	ارتداء الكمامات غير ضروري
التباعد الجسدي	- الأطفال في ما بينهم - أعوان الطفولة وكل كهول وافد على المؤسسة	ارتداء الكمامات واجب عند عدم إمكانية احترام التباعد ب 1 متر بين الأشخاص - في فضاء الأنشطة : ضرورة احترام كراس الشروط في ما يتعلق بعدد الأطفال - أثناء القيلولة والنوم : اعتماد وضعية نوم معاكسة (رأس مقابل رجلين)
المراقبة والفرز عند دخول المؤسسة	- الأطفال - أعوان الطفولة - كل وافد على المؤسسة	التباعد الجسدي غير واجبي لكن دون التقبيل أو الضم وجوب احترام تباعد جسدي ب 1 متر - قياس الحرارة - الاسترشاد على وضعيتهم وعائالتهم - عدم قبول أي شخص حرارته 38° أو أكثر - عدم قبول أي شخص تظهر لديه أو لدى أفراد عائلته أعراض الكوفيد 19
التصرف عند ظهور علامات الكوفيد 19 داخل المؤسسة	الأولياء	يمنع دخول الأولياء للمؤسسة ما عدى اليوم الأول للطفل بالمؤسسة
التصرف عند ظهور علامات الكوفيد 19 داخل المؤسسة	الأطفال	عند ظهور الحمى أو أحد الأعراض (السعال، صعوبة التنفس، ألم بالحنجرة، فقدان حاسة التذوق أو الشم والإعياء الشديد، نقص كبير في شاهية الأكل، القيء، آلام عضلية...) ، يتوجب: ° عزل الطفل في فضاء مخصص حتى قدوم ولية ° تطبيق توصيات اللجنة الوطنية الواردة والمتحينة بموقع كوفيد 19



<ul style="list-style-type: none"> ◦ العودة للمنزل ◦ تطبيق توصيات اللجنة الوطنية الواردة والمتحينة بموقع كوفيد19. 	الأعمال	
<ul style="list-style-type: none"> - التنظيف والتطهير : ◦ التواتر :مرة في اليوم على الأقل، وعند الاقتضاء ◦ متى : في نهاية يوم العمل ◦ المواد المستعملة : منظف ثم مطهر 	<p>الفضاءات المشتركة (الأرضية، الأثاث، المسطحات ، الأغراض المشتركة,...)</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - التهوية : ◦ على الأقل كل 3 ساعات لمدة 15 دقيقة ◦ في الصباح قبل وصول التلاميذ ◦ أثناء كل استراحة ◦ عند الفطور ◦ في نهاية اليوم عند التنظيف والتطهير 		تنظيف وتطهير الفضاءات
<ul style="list-style-type: none"> - التنظيف والتطهير : ◦ التواتر : مرتين في اليوم وعند الاقتضاء ◦ متى : في نهاية الحصة الصباحية ونهاية الحصة المسائية ◦ المواد المستعملة : منظف ثم مطهر 	<p>المركبات الصحية</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - استعمال المعلقات - تشبيط حصص تحسيسية - دعم التكوين في مجال التوعي من كوفيد19 - برنامج الدعم النفسي عند العودة المدرسية - دعم الإجراءات الوقائية وفق التوصيات الصادرة عن الطبيب المباشر 	<p>الأطفال</p> <p>أعمال الطفولة</p> <p>الأطفال</p> <p>الأطفال حاملي أمراض مزمنة</p>	<p>التحسيس والتوعية والتواصل</p> <p>الدعم والمرافقة</p> <p>الأشخاص ذوي عوامل الاختطار</p>

* : يتعين غسل اليدين على الأقل في الوضعيات التالية :

- عند الدخول والخروج من المؤسسة التربوية
 - قبل وبعد الاستراحة
 - قبل وبعد الأكل
 - إثر الذهاب إلى المركبات الصحية
 - قبل لمس الوجه وبعد
 - بعد السعال أو العطاس، ...
 - إثر استعمال الأغراض المشتركة



2- التوصيات الصحية بالمؤسسات التربوية (المدارس الابتدائية، المدارس الإعدادية، المعاهد الثانوية) ومؤسسات التكوين المهني ومؤسسات التعليم العالي ومراكز التربية المختصة :

الإجراء	الأشخاص / الفضاءات المعنية	النوصيات الصحية
نظافة اليدين : غسل بالماء والصابون أو الفرك بالمحلول المائي الكحولي	<ul style="list-style-type: none"> - التلاميذ - المتكوّنون - الطّلبة - المدرسون - الأعوان 	<p>كل ساعة وعند الاقتضاء ومختلف الوضعيّات الموجّبة لذلك*</p>
ارتداء الكمامـة	<ul style="list-style-type: none"> - التلاميذ - المتكوّنون - الطّلبة - المسجلون بمراكز التربية 	<p>- ارتداء الكمامـة غير اجباري بالنسبة للتلاميذ في المدارس الابتدائية إلا في حالة ظهور سعال أو عطاس في انتظار مغادرة المؤسسة</p> <p>- وجوبـي بالمرحلة الاعداديـة و الثانـية و التعليم العـالي والتـكوين المهني</p> <p>- بالنسبة لمرـاكـز التربية المـختـصـة فهو وجـوبـي للـذـين يـتـجاـوزـ عمرـهـم 12 سـنةـ فيـ حـالـ عدمـ توـفـرـ إـمـكـانـيـةـ التـبـاعـدـ الجـسـديـ بـ1ـ مـترـ</p> <p>- عدم ارتداء الكمامـة عند ممارسة الرياضـةـ و التربيةـ الـبدـنيـةـ معـ احـتـراـمـ التـبـاعـدـ الجـسـديـ</p> <p>- ارتداء واقـيـاـلوـجـهـ فيـ حـالـةـ عدمـ تـحـمـلـ ارـتـداءـ الكـمامـةـ</p>
التبـاعـدـ الجـسـديـ	<ul style="list-style-type: none"> - الأعوان وإطارات التدريس - التـكوـين 	<p>ارتداء الكـمامـةـ تـواـجـبـ عـنـ دـعـمـ إـمـكـانـيـةـ اـحـتـراـمـ التـبـاعـدـ الجـسـديـ بـ1ـ مـترـ بـيـنـ الـأـشـخـاصـ</p>



وجوب احترام مسافة 1 متر على الأقل	- الأعوان وإطارات التدريس والتكوين	
<ul style="list-style-type: none"> - قياس الحرارة - الاسترشاد على وضعيتهم وعائلاتهم - عدم قبول أي شخص حرارته 38° أو أكثر - عدم قبول أي شخص تظهر لديه أو لدى أفراد عائلته أعراض الكوفيد 19 	<ul style="list-style-type: none"> - التلاميذ - المتكوّنون - الطلبة - كل وافد على المؤسسة 	المراقبة والفرز عند مدخل المؤسسة
<ul style="list-style-type: none"> عند ظهور الحمى أو أحد الأعراض (السعال، صعوبة التنفس، ألم بالحنجرة، فقدان حاسة التذوق أو الشم والإعياء الشديد، نقص كبير في شاهية الأكل، القيء، آلام عضلية...) يتوجب: ◦ العزل في فضاء مخصص حتى قدوم الولي إذا كان قاصرا ◦ تطبيق توصيات اللجنة الوطنية الواردة والمبينة بموقع كوفيد 19 	<ul style="list-style-type: none"> - التلاميذ - المتكوّنون - الطلبة 	التصرف عند ظهور علامات الكوفيد 19 داخل المؤسسة التربوية
<ul style="list-style-type: none"> ◦ العودة للمنزل ◦ تطبيق توصيات اللجنة الوطنية الواردة والمبينة بموقع كوفيد 19 	الأعوان وإطار التدريس	
<ul style="list-style-type: none"> - التنظيف والتطهير : ◦ التواتر : مرة في اليوم على الأقل، وعند الاقتضاء ◦ متى : في نهاية يوم العمل ◦ المواد المستعملة : منظف ثم مطهر - التهوية : ◦ على الأقل كل 3 ساعات لمدة 15 دقيقة ◦ في الصباح قبل وصول التلاميذ ◦ أثناء كل استراحة ◦ عند الفطور ◦ في نهاية اليوم عند التنظيف والتطهير 	<p>الفضاءات المشتركة (الأرضية، الأثاث، المسطحات، الأغراض المشتركة،...)</p>	تنظيف وتطهير الفضاءات
<ul style="list-style-type: none"> - التنظيف والتطهير : ◦ التواتر : مرتين في اليوم وعند الاقتضاء ◦ متى : في نهاية الحصة الصباحية ونهاية الحصة المسائية ◦ المواد المستعملة : منظف ثم مطهر 	المركبات الصحية	



- استعمال المعلقات - تنشيط حصص تحسيسية	- التلاميذ - المتكوّنون - الطلبة	التحسيس والتوعية والتواصل
- دعم التكوين في مجال التوعي من كوفيد19	أعيان	الدعم والمرافقة
- برنامج الدعم النفسي عند العودة المدرسية	- التلاميذ	الأشخاص ذوي عوامل الاختطار
- دعم الإجراءات الوقائية وفق التوصيات الصادرة عن الطبيب المبادر	التلاميذ / المتكوّنون / الطلبة حاملي أمراض مزمنة	

* : يتعين غسل اليدين على الأقل في الوضعيات التالية :

- عند الدخول والخروج من المؤسسة التربوية
- قبل وبعد الاستراحة
- قبل وبعد الأكل
- إثر الذهاب إلى المركبات الصحية
- قبل لمس الوجه وبعد
- بعد السعال أو العطاس، ...
- إثر استعمال الأغراض المشتركة



3- التوصيات الصحية بفضاءات الإطعام

الإجراءات	الأشخاص / الفضاءات المعنية	الفضاءات الصحية
ارتداء الكمامات	الأطفال / التلاميذ المتكثرون / الطلبة	وضع الكمامات أثناء الانتظار بالصف للأشخاص الذين تفوق أعمارهم 12 سنة
التباعد الجسدي	الأعوان	وجوب وضع الكمامات احترام تباعد 1 متر بين الأشخاص الذين تفوق أعمارهم 12 سنة
نظافة اليدين : الغسل بالماء والصابون أو الفرك بال محلول المائي الكحولي	الأطفال / التلاميذ المتكثرون / الطلبة	احترام تباعد 1 متر قبل وبعد الأكل وعند الاقتناء
التحسيس والتوعية وال التواصل	الأعوان	- بداية كل حصة تقديم للأكلة (service) - عند تغيير النشاط - عند الاقتناء
نظافة وتطهير الفضاءات	قاعة الأكل	الأرضية و المسطحات : - النظافة والتطهير : ° التواتر : مرتين في اليوم وعند الاقتناء ° متى : بعد الفطور وبعد العشاء ° المواد المستعملة : منظف ثم مطهر - الطاولات : ° النظافة والتطهير بعد كل حصة أكل
المطبخ	الأرضية و المسطحات : - النظافة والتطهير : ° التواتر : مرتين في اليوم وعند الاقتناء ° متى بعد الفطور وبعد العشاء ° المواد المستعملة : منظف ثم مطهر	
المركبات الصحية	النظافة والتطهير : ° التواتر : مرتين في اليوم وعند الاقتناء ° متى : بعد الفطور وبعد العشاء ° المواد المستعملة : منظف ثم مطهر	



4- التوصيات الصحية بفضاءات الإقامة (المبيتات)

الإجراءات	الأشخاص / الفضاءات المعنية	التوصيات الصحية
المراقبة بمدخل المبيت	- التلاميذ - الطلبة - المتكoronون	قياس الحرارة مرة في اليوم (في المساء)
ارتداء الكمامات	- الأعوان - كل شخص وارد	- قيس الحرارة عند الدخول - الاستجواب
التباعد الجسدي	- التلاميذ - الطلبة - المتكoronون - كل شخص وارد	وضع الكمامات واجب للأشخاص الذين تفوق أعمارهم 12 سنة إذا كان التباعد الجسدي غير ممكن
نظافة اليدين : الغسل بالماء والصابون أو الفرك بال محلول المائي الكحولي	- الأعوان - كل شخص وارد	احترام مسافة 1 متر
التحسيس والتواصل	- التلاميذ - الطلبة - المتكoronون - الأعوان - كل شخص وارد	كل ساعة وعند الاقتضاء
		المعلقات التحسيسية



الفضاءات	تنظيف وتطهير
	غرف النوم، المرافق، قاعة المطالعة،... (الأرضية والمسطحات والأغراض المشتركة)
المركبات الصحية	- التنظيف والتطهير : ◦ التواتر : مرة في اليوم ◦ متى : بداية اليوم ◦ المواد المستعملة : منظف ثم مطهر - التهوية : ◦ عند التنظيف والتطهير ◦ على الأقل كل 3 ساعات لمدة 15 دقيقة في حال تواجد الأشخاص بالفضاء
الأشخاص ذوي عوامل الاختطار	- دعم الإجراءات الوقائية وفق التوصيات الصادرة عن الطبيب المبادر - التلاميذ - الطلبة - المتكoronون



5- التوصيات الصحية الخاصة بالنقل المدرسي

- ارتداء الكمامات وفق ما سبق في النقطة 1 و 2
- تهوية وسيلة النقل لمدة 5 دقائق على الأقل عبر فتح النوافذ بين نقل مجموعة و أخرى
- تنظيف وتطهير وسيلة النقل بعد آخر رحلة

6- الاجراءات العامة الخاصة بالتعامل مع حالات كوفيد 19

- الاتصال ب 190
- الاتصال بالإدارة الجهوية للصحة الراغبة بالنظر وفق الملحق المصاحب
- الدخول على الرابط الإلكتروني: www.stopcorona.gov.tn

7- التوصيات الخاصة باستعمال مواد التنظيف والتطهير

- تطبيقاً ورد بالملحق
- الاطلاع على توصيات وزارة الصحة حسب الرابط التالي:



البروتوكول الصحي الخاص بالعودة المدرسية والجامعية 2020-2021



الملاحق



كيف تغسل يديك بالماء والصابون؟

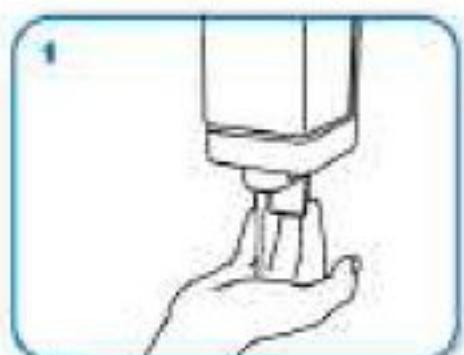
أغسل يديك في حالة الإتساخ الظاهري وذلكها من أجل نظافة الأيدي



الزمن الكلي للإجراء من ٦٠-٤٠ ثانية



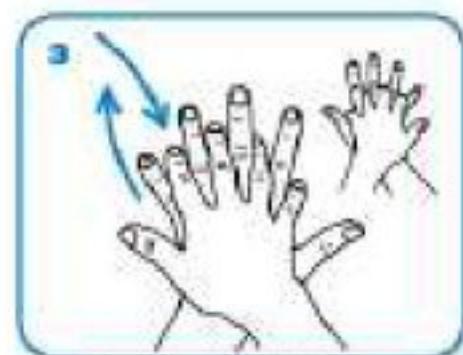
بلل يديك بالماء



ضع كمية من الصابون بحيث
نعطي سطح اليد



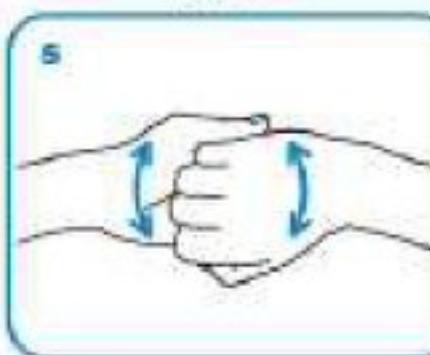
باطن اليد بباطن اليد
الأخرى



باطن اليد يعني على
ظهور اليد اليسرى مع دخول
الأصابع والعكس



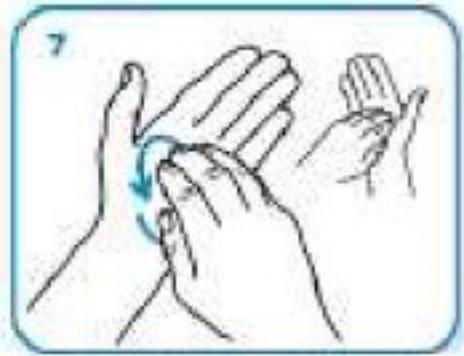
باطن اليد بباطن اليد الأخرى
مع دخول الأصابع



ظهر الأصابع بباطن اليد
الأخرى والأصابع مضمومة



الدمع الدافري لفهم
الإسر تم الابتعاد



بأصابع اليد اليمنى بباطن اليد
ليسري والعكس



تطهير اليدين بماء حار



تجفيف اليدين باستخدام فروطة
نظيفة أحذية الاستخدام



أغلق المياه باستخدام فروطة
نظيفة أحذية الاستخدام



يدك آمنة الآن

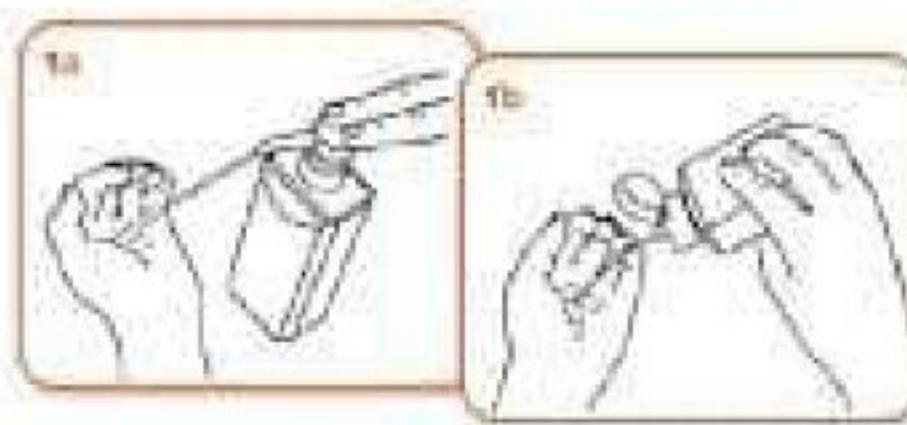


كيف تدلك يديك بالكحول؟

تدلك يديك من أجل نظافة الأيدي وأغسلها في حالة الاتساع العلوي



لزمن الكثي للاجراء من ٣٠-٥ ثانية



للاقيمة يد من البطاطر مغطيا كافة السطح



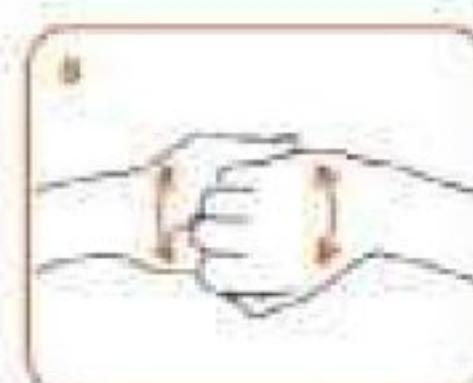
بخزن اليد بخزن اليد الأخرى



بخزن اليد اليمنى على
ظهر اليد اليسرى مع دخول
الأصابع والعكس



بخزن اليد بخزن اليد الأخرى
مع دخول الأصابع



ظهر الأصابع بخزن اليد
الآخرى والأصابع مسمومة



تدلك الداخري للأصابع
الليسرا تم الأيمن



تدلك الداخري للأصابع والخلف
لأصابع اليد اليمنى بخزن اليد
اليسرى والعكس



يدك لعنة عند
جفافها



طريقة الارتداء الآمن للكمامات القماشية غير الطبية

who.int/epi-win

افعل



لا تفعل



يمكن الكمامات القماشية أن تحمي الآخرين من حولك. لحماية نفسك ومنع تفشي عدو كovid-19، تذكر أن تباعد مسافة متراً واحداً على الأقل من الآخرين، وأن تغسل يديك باستمرار وبشكل جيد، وتحاشي لمس وجهك والكمامة.

منظمة الصحة العالمية



طريقة الارتداء الآمن للكمامه القماشية غير الطبية

افعل

تفحص الكمامه للتأكد من أنها سليمة من العطب ولديك متسخة أو رطبة



نظف يديك قبل لمس الكمامه



انزع الكمامه من أربطتها خلف الأذنين أو الرأس



نظف يديك قبل نزع الكمامه



تجنب لمس الكمامه



غطّ يشكّل جيد فمك وأنفك وذقنك



ثبت الكمامه على وجهك بإحكام دون ترك فراغات على الجانبين



نظف يديك بعد نزع الكمامه



اغسل الكمامه بالصابون أو بسائل التنظيف وبماء يُفضل أن يكون ساخناً، مرتاحه في اليوم على الأقل



اسحب الكمامه من أشرطتها عندما تخرجها من الكيس.



ضع الكمامه في كيس بلاستيكي يمكن إغلاقه بإحكام إذا لم تكون متسخة أو رطبة وكانت تزيد إعادة استخدامها.



اسحب الكمامه بعيداً عن وجهك بل بلاستيكي يمكن إغلاقه بإحكام إذا لم تكون متسخة أو رطبة وكانت تزيد إعادة استخدامها.





طريقة الارتداء الآمن للكمامات القماشية غير الطبية

The infographic features a large red arrow pointing left, with the text "لا تفعل" (Do not do) written next to it. Below the arrow, there are five circular icons, each with a red "X" indicating a mistake:

- لا تستخدم كمامات معطوبة (Do not use damaged masks)
- لا تلبس كمامات فضفاضة (Do not wear loose-fitting masks)
- لا تعط كمامتك لغيرك (Do not give your mask to others)
- لا تلبس كمامات متسخة أو رطبة (Do not wear dirty or wet masks)
- لا تلمس الجهة الأمامية من الكمامات (Do not touch the front side of the mask)
- لا تنزع الكمامات إذا كان هناك أشخاص على مسافة مترين واحد منك (Do not remove your mask if there are other people within one meter of you)
- لا تُنزل الكمامات تحت أنفك (Do not pull the mask down below your nose)

بإمكان الكمامات القماشية أن تحمي الآخرين من حولك. لحماية نفسك ومنع تفشي عدوى كوفيد-19، تذكر أن تبعد مسافة مترين واحد على الأقل من الآخرين، وأن تتنظف يديك باستمرار وبشكل جيد، وتحاشي لمس وجهك والكمامة.



الطريقة الأمانة لارتداء كمامات طبية

who.int/epl-win

افعل ←



لا تفعل ←



تذكرة أن الكمامات وحدها لن تحميك من عدوى كوفيد-19.
ابتعد مسافة متراً على الأقل عن الآخرين وواطئ على غسل يديك بشكل جيد حتى عندما تضع كماماً.



الطريقة الأمامية لارتداء كمامة طبية

← لا تفعل



لا تكتف ببطيئة فمك أو
أغلاق فقط بالكمامة



لا تردد كمامة
مرارة أو مبتلة



لا تستخدم الكمامة مرة أخرى



لا تترك الكمامة في
تناول الآخرين



لا تزعز الكمامة لتحدث
مع أحد ولا تفعل أي شيء
يستدعي خصم الكمامات



لا تلمس الجهة
المائية من الكمامة



لا تردد كمامة فضفاضة

تذكري أن الكمامات وحدتها لن تحميك من عدوى
كورونا. ابتعد مسافة متراً على الأقل عن
آخرين وواطئ على غسل يديك بشكل جيد
حتى عندما تضع كمامة.



الطريقة الأمينة لارتداء كمامات طبية

افعل



تذكّر أن الكمامات وحدها لن تحميك من عدوى كوفيد-19. ابتعد مسافة متر على الأقل عن الآخرين وواظب على غسل يديك بشكل جيد حتى عندما تضع كماماً.



قواعد إستعمال الكمامات الوقائية القابلة للغسل

كوفيد-19

كيفية نزع وغسل الكمام

- 01** إزالة الكمام من الخلف بخطب الأربطة المطاطية أو الروابط التسجية مع تجنب ملمس الجهة الأمامية
- 02** ضع الكمام التي سُفلت في كيس نظيف من البلاستيك، إذا كانت الكمام غير صالحة للإستعمال، توضع في كيس بلاستيك وترمى في سلة الفضلات
- 03** غسل اليدين بالماء والصابون أو فركهما بالملطير الكحولي
- 04** غسل الكمامات:
 - باليد: توضع الكمام في آلة الساخن والصابون أو مسحوق الغسيل لمدة 30 دقيقة.
 - بواسطة آلة الغسل: في درجة حرارة تساوي 60° لمدة 30 دقيقة.
 - ماء، العافال والكمول يلتقط الكمامات.
- 05** تجفيف الكمام في أقل من ساعتين وبعد الحاجة بواسطة مجفف الشعر وكثيراً بدرجة حرارة مرتفعة

كيفية إرتداء الكمام

- 01** غسل الكمام قبل الإستعمال الأول
- 02** غسل اليدين بالماء والصابون أو فركهما بالملطير الكحولي
- 03** التثبيت من الجهة الداخلية والعلوية للكمام ثم وضعها على الوجه
- 04** مسك الكمام من الخارج وتمرير الأربطة المطاطية خلف الأذنين أو الروابط السببية خلف الرأس دون التناقض بينها
- 05** الضغط على الحافة الصلبة (إن وجدت) لضبطها على الأنف وتجنب ملمس الكمام باليد أثناء إستعمالها

ما يجب تجنبه

- عدم ترك الكمام في غير موضعها
- عدم إستعمال الكمام المبللة
- عدم رمي الكمام في المحيط

ما يجب إحترامه

- لا يمكن إستعمال الكمام لأكثر من 4 ساعات
- غسل الكمام حسب تعليمات الاستخدام المتصاعدة
- إحترام قواعد التباعد الجسدي



تنظيف الأسطح و المساحات

وزارة الصحة
ادارة حفظ صحة الوسط
وحماية المحيط

1- تحضير كافة مستلزمات التنظيف

2- تهوية المحلات لمدة 20 دق على الأقل قبل البدء بعمليات التنظيف

3- غسل الأيدي جيداً بالماء و الصابون قبل البدء بعمليات التنظيف

وضع مقدار 20 مل من المواد المنظفة بـ 1 ل من الماء

استعمال خرق قابلة للغسل و التطهير لتنظيف الأسطح

مقابض الأبواب و النوافذ التجهيزات المكتبية و المركبات الصحية

الرفوف بالمساحات التجارية الكبرى

محلات الخضر و المخابز و محلات بيع المواد الغذائية

استعمال 100 مل من المنظف بـ 05 ل من الماء

ازالة رواسب مواد التنظيف باستعمال الماء فقط ثم القيام بعمليات التطهير بماء الجافال حسب الكميات المنشوص بها

استعمال خيشة ، سطل و مدلكة لتنظيف الأرضيات

غسل الأيدي جيداً بالماء و الصابون بعد الانتهاء من عمليات التنظيف



تعقيم الأسطح

يتم تعقيم الأسطح باستعمال مادة مطهرة للأسطح لها فاعلية ضد الفيروس (و ينصح باستعمال مادة منظفة مطهرة) أو باستعمال ماء الجافال 0,5 في المائة.

كيفية إعداد و استعمال ماء الجافال

افتقاء ماء الجافال 12 درجة كلورومترية مغلب و يحمل علامة م.ت (مواصفات تونسية)	الخطوة الأولى
البس قفازات	الخطوة الثانية
احضر وعاء وضع فيه 5 كميات من الماء و أضف عليه كمية من ماء الجافال (1 / 6)	الخطوة الثالثة
يتم رش الأسطح (تضيف) بواسطة مرش	الخطوة الرابعة
يترك الأسطح يتظاهر لمدة 10 دقائق	الخطوة الخامسة
يتم تهوية المكان	الخطوة السادسة
تنظيف الأسطح بمادة منظفة قبل عملية التطهير في حال تواجد أوساخ على الأسطح	



إعداد محلول ماء الجافال لتعقيم الاسطح المشتركة بال محلات و المنشآت العمومية و الخاصة للوقاية من جائحة الكورونا



خلط 1 وحدة جافال + 5 وحدات ماء

استعمال الجافال 12° مطابق للمواصفات التونسية
خلط مادة الجافال مع مواد أخرى يمكن أن يتسبب في أخطار صحية
جافال+كحول=غاز كلوروفورم السام
الخل+جافال=غاز الكلور السام





البروتوكول الصحي الخاص بالعودة المدرسية والجامعية 2020-2021



République Tunisienne
Ministère de la Santé
Observatoire National des Maladies Nouvelles et Emergentes

ANNUAIRE DIRECTIONS REGIONALES DE LA SANTE

Région	N° tél
Tunis	80107843
Ariana	80107835
Ben Arous	80107884
Manouba	21447830/95471069
Bizerte	80101718
Nabeul	80107784
Zaghouan	80107881
Jendouba	80107789
Béja	80106945
Le Kef	80107887
Siliana	80107889
Kasserine	80107859
Kairouan	80107678
Sousse	95463652/20994609/98683167
Monastir	73460384
Mahdia	80107849
Sfax	58172178/95466892
Gafsa	80107856
Tozeur	80107853
Sidi Bouzid	80107892
Gabès	80107891
Kébili	80107895
Médenine	80107863
Tataouine	80107886

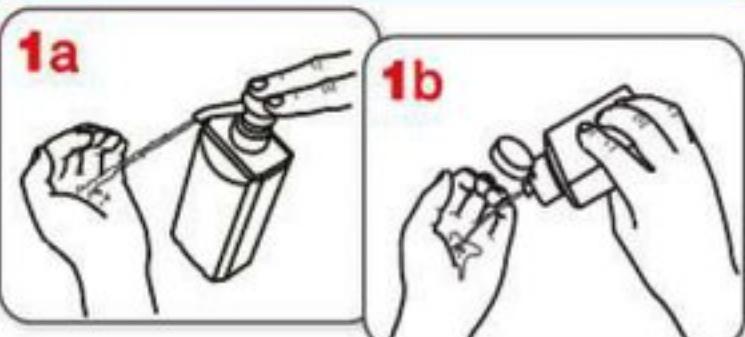
Observatoire National des Maladies Nouvelles et Emergentes

Adresse : 5 – 7, Rue Khartoum, Complexe Diplômât, 13^{ème} étage, Le Belvédère, 1002, Tunis / Tunisie
Tél. : +216 71 284 547/560/561 Fax : + 216 71 89 45 33 E-mail : onmne@rns.tn Site web : www.onmne.tn

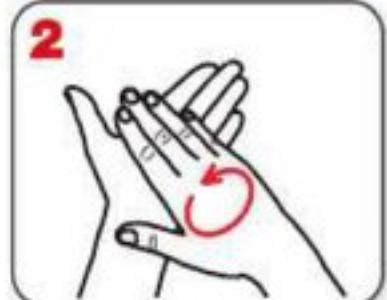


Friction hydro-alcoolique – Comment ?

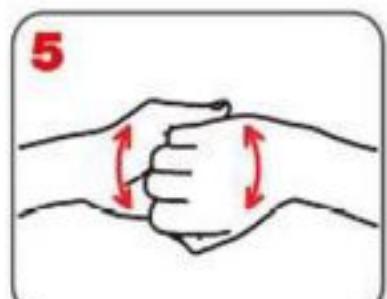
AVEC UN PRODUIT HYDRO-ALCOOLIQUE



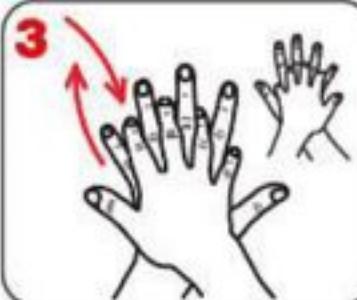
Remplir la paume d'une main avec le produit hydro-alcoolique, recouvrir toutes les surfaces des mains et frictionner :



Paume contre paume par mouvement de rotation,



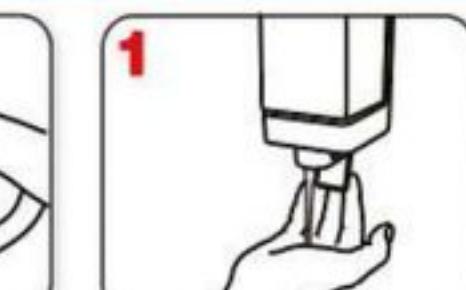
les dos des doigts en les tenant dans la paume des mains, opposées avec un mouvement d'aller-retour latéral,



le dos de la main gauche avec un mouvement d'avant en arrière exercé par la paume droite, et vice et versa,



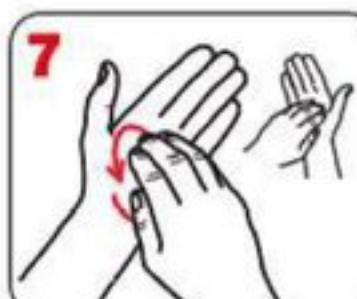
le pouce de la main gauche par rotation dans la paume refermée de la main droite, et vice et versa,



Mouiller les mains abondamment, appliquer suffisamment de savon pour recouvrir toutes les surfaces des mains et frictionner :



les espaces interdigitaux paume contre paume, doigts entrelacés, en exerçant un mouvement d'avant en arrière,



la pulpe des doigts de la main droite par rotation contre la paume de la main gauche, et vice et versa.



Rincer les mains à l'eau,

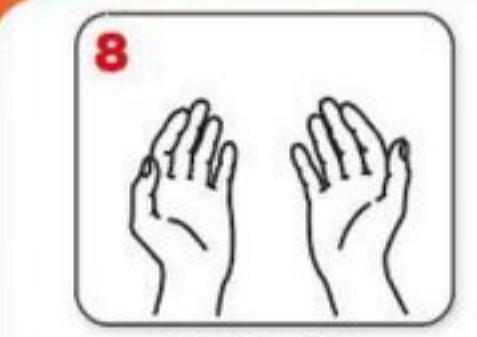


sécher soigneusement les mains avec une serviette à usage unique,



fermer le robinet à l'aide de la serviette.

20-30 secondes



Une fois sèches,
les mains sont prêtes pour le soin.

40-60 secondes



Les mains sont prêtes pour le soin.



COMMENT PORTER UN MASQUE NON MÉDICAL EN TISSU EN TOUTE SÉCURITÉ

who.int/epi-win

À FAIRE →

The infographic is divided into two main sections: 'À FAIRE' (What to do) and 'À NE PAS FAIRE' (What not to do). Both sections feature circular illustrations with accompanying text instructions.

À FAIRE (What to do):

- Ajustez le masque sur votre visage de façon à ne pas laisser d'espace sur les côtés.** (Adjust the mask on your face so there is no space on the sides.)
- Couvrez la bouche, le nez et le menton.** (Cover your mouth, nose and chin.)
- Évitez de toucher le masque.** (Avoid touching the mask.)
- Lavez-vous les mains avant de retirer le masque.** (Wash your hands before removing the mask.)
- Retirez le masque par les élastiques derrière les oreilles ou la tête.** (Remove the mask by the elastic behind your ears or head.)
- Retirez le masque de votre visage en le soulevant par devant.** (Remove the mask from your face by lifting it forward.)
- Rangez le masque dans un sac en plastique propre et refermable s'il n'est pas sale ou humide et si vous prévoyez de le réutiliser.** (Put the mask in a clean, closed plastic bag if it is not dirty or humid and if you plan to reuse it.)
- Pour sortir le masque du sac, prenez-le par les élastiques.** (To take the mask out of the bag, hold it by the elastic.)
- Lavez le masque avec du savon ou de la lessive, de préférence à l'eau chaude, au moins une fois par jour.** (Wash the mask with soap or detergent, preferably hot water, at least once a day.)
- Lavez-vous les mains après avoir retiré le masque.** (Wash your hands after removing the mask.)

À NE PAS FAIRE →

The 'What not to do' section features five illustrations with red 'X' marks, each accompanied by a text instruction:

- Ne portez pas le masque au-dessus du nez.** (Do not wear the mask above your nose.)
- Ne retirez pas votre masque dans un lieu où d'autres personnes se trouvent à moins d'un mètre.** (Do not remove your mask in a place where other people are within one meter.)
- Ne portez pas un masque qui vous empêche de respirer correctement.** (Do not wear a mask that prevents you from breathing correctly.)
- Ne portez pas un masque sale ou humide.** (Do not wear a dirty or humid mask.)
- Ne prêtez pas votre masque à d'autres personnes.** (Do not lend your mask to other people.)

Un masque en tissu permet de protéger les personnes autour de vous. Pour votre propre protection et afin d'éviter de propager la COVID-19, gardez au moins un mètre de distance avec les autres personnes, lavez-vous les mains fréquemment et soigneusement et évitez de vous toucher le visage ou de toucher le masque. (A fabric mask allows you to protect the people around you. For your own protection and to prevent spreading COVID-19, keep at least one meter of distance with other people, wash your hands frequently and carefully, and avoid touching your face or the mask.)

EPI-WIN Organisation mondiale de la Santé



COMMENT PORTER UN MASQUE NON MÉDICAL EN TISSU EN TOUTE SÉCURITÉ

À FAIRE →



Ajustez le masque sur votre visage de façon à ne pas laisser d'espace sur les côtés.



Couvrez la bouche, le nez et le menton.



Évitez de toucher le masque.



Retirez le masque de votre visage en le soulevant par devant.



Rangez le masque dans un sac en plastique propre et refermable s'il n'est pas sale ou humide et si vous prévoyez de le réutiliser.



Lavez-vous les mains avant de toucher le masque.



Vérifiez que le masque n'est pas abîmé, qu'il n'est pas sale ou humide.



Lavez-vous les mains avant de retirer le masque.



Retirez le masque par les élastiques derrière les oreilles ou la tête.



Pour sortir le masque du sac, prenez-le par les élastiques.

Lavez le masque avec du savon ou de la lessive, de préférence à l'eau chaude, au moins une fois par jour.



Lavez-vous les mains après avoir retiré le masque.

Un masque en tissu permet de protéger les personnes autour de vous. Pour votre propre protection et afin d'éviter de propager la COVID-19, gardez au moins un mètre de distance avec les autres personnes, lavez-vous les mains fréquemment et soigneusement et évitez de vous toucher le visage ou de toucher le masque.

who.int/epi-win

Organisation mondiale de la Santé



COMMENT PORTER UN MASQUE NON MÉDICAL EN TISSU EN TOUTE SÉCURITÉ

À NE PAS FAIRE →



N'utilisez pas un masque qui vous semble abîmé.



Ne portez pas un masque lâche.



Ne portez pas le masque au-dessous du nez.



Ne retirez pas votre masque dans un lieu où d'autres personnes se trouvent à moins d'un mètre.



Ne portez pas un masque qui vous empêche de respirer correctement.



Ne portez pas un masque sale ou humide.



Ne prêtez pas votre masque à d'autres personnes.

Un masque en tissu permet de protéger les personnes autour de vous. Pour votre propre protection et afin d'éviter de propager la COVID-19, gardez au moins un mètre de distance avec les autres personnes, lavez-vous les mains fréquemment et soigneusement et évitez de vous toucher le visage ou de toucher le masque.

who.int/epi-win

Organisation mondiale de la Santé



UTILISER UN MASQUE MÉDICAL EN TOUTE SÉCURITÉ

who.int/epi-win

À faire →



Localisez la parde supérieure, reconnaissable à sa barre en métal ou à ses angles rigides.



Veillez à ce que la face couleur soit la l'extérieur.



Placez la barre en métal ou les angles rigides sur votre nez.



Lavez-vous les mains avant de toucher le masque.



Vérifiez que le masque n'est pas déchiré ni troué.



Évitez de toucher le masque.



Retirez le masque en passant par derrière les oreilles ou la tête.



Couvrez-vous le nez, la bouche et le menton.



Ajustez le masque à votre visage sans laisser d'espace sur les côtés.



Lavez-vous les mains après avoir jeté le masque.

À ne pas faire →



Portez un masque suffisamment serré.



Ne touchez pas l'avant du masque.



Ne retirez pas le masque pour parler et ne faites rien qui puisse vous obliger à le toucher.



N'utilisez pas de masque déchiré ou humide.



Ne couvrez pas seulement le nez ou la bouche.



Ne laissez pas votre masque à la portée des autres.



Ne réutilisez pas le masque.

Souvenez-vous que les masques ne vous protégeront pas à eux seul de la COVID-19. Gardez au moins 1 mètre de distance avec les autres et lavez-vous régulièrement et soigneusement les mains, même quand vous portez un masque.

EPI-WIN Organisation mondiale de la Santé



UTILISER UN MASQUE MÉDICAL EN TOUTE SÉCURITÉ

À faire →

The infographic illustrates 12 steps to safely use a medical mask:

- Localisez la partie supérieure, reconnaissable à sa barrette en métal ou à ses angles rigides.
- Veuillez à ce que la face couleur soit à l'extérieur.
- Placez la barrette en métal ou les angles rigides sur votre nez.
- Couvrez-vous le nez, la bouche et le menton.
- Ajustez le masque à votre visage sans laisser d'espace sur les côtés.
- Évitez de toucher le masque.
- Retirez le masque en passant par derrière les oreilles ou la tête.
- Quand vous retirez le masque, tenez-le à distance de vous et des surfaces environnantes.
- Jetez le masque immédiatement après usage, de préférence dans une poubelle munie d'un couvercle.
- Lavez-vous les mains après avoir jeté le masque.
- Lavez-vous les mains avant de toucher le masque.
- Verifiez que le masque n'est pas déchiré ni troué.

Souvenez-vous que les masques ne vous protégeront pas à eux seuls de la COVID-19. Gardez au moins 1 mètre de distance avec les autres et lavez-vous régulièrement et soigneusement les mains, même quand vous portez un masque.

who.int/epi-win



Organisation mondiale de la Santé



UTILISER UN MASQUE MÉDICAL EN TOUTE SÉCURITÉ

À ne pas faire →



Portez un masque suffisamment serré.



Ne touchez pas l'avant du masque.



Ne retirez pas le masque pour parler et ne faites rien qui puisse vous obliger à le toucher.



N'utilisez pas de masque déchiré ou humide.



Ne couvrez pas seulement le nez ou la bouche.



Ne laissez pas votre masque à la portée des autres.



Ne réutilisez pas le masque.

Souvenez-vous que les masques ne vous protégeront pas à eux seuls de la COVID-19. Gardez au moins 1 mètre de distance avec les autres et lavez-vous régulièrement et soigneusement les mains, même quand vous portez un masque.

who.int/epi-win



Organisation mondiale de la Santé





MINISTÈRE DE LA SANTÉ

LES RÈGLES D'UTILISATION DES MASQUES BARRIERES COVID-19

COMMENT METTRE UN MASQUE ?

- 01 Laver le masque avant la première utilisation
Se laver les mains à l'eau et au savon ou exercer une friction avec une solution hydro-alcoolique
- 02 Repérer la face interne et le haut du masque et le placer sur le visage
- 03 Tenir le Masque de l'extérieur et passer les élastiques derrière les oreilles ou les liens en étoffe derrière la tête sans les croiser
- 04 Abaisser le bas du masque sur le menton et vérifier qu'il le couvre entièrement
- 05 Pincer le bord rigide du masque (s'il existe) pour l'ajuster sur le nez et ne plus le toucher avec les mains

COMMENT RETIRER ET LAVER UN MASQUE ?

- 01 Retirer le masque en saisissant par l'arrière les élastiques ou les liens en étoffe sans toucher le masque
- 02 Placer le masque à laver dans un sac en plastique propre. Les masques usés doivent être placé dans un sac en plastique avant de le jeter dans la poubelle
- 03 Se laver les mains à l'eau et au savon ou exercer une friction avec une solution hydro-alcoolique
- 04 Laver le masque :
 - > à la main avec de l'eau chaude et du savon ou de la lessive (temps de contact 30 minutes)
 - > avec une machine à laver à 60°C pendant 30 minutes
 - > l'eau de javel et l'alcool abîment les masques
- 05 Sécher le masque en moins de 2h, si besoin avec un sèche cheveux et le repasser à haute température

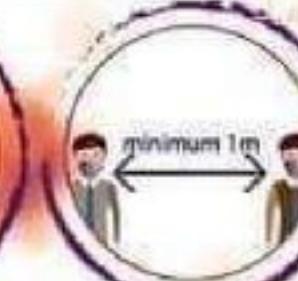
A RESPECTER



La durée du port du masque est de 4 Heures



Respecter le nombre de lavages indiqué sur l'étiquetage



Respecter les règles de distanciation physique

A PROSCRIRE



Ne pas mettre le masque en position d'attente



Ne pas garder un masque souillé ou mouillé



Ne pas jeter le masque dans l'environnement



35