



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finantat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

# **Norme privind securitatea și sănătatea la locul de munca (practica) pentru elevi**



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finantat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

## 1. Considerații generale asupra necesității normelor privind securitatea și sănătatea în muncă

La locul de munca exista o **serie de riscuri** care se pot intampla oricui, inclusiv elevilor in practica:

- Un accident sau afectarea sănătății la locul de muncă, pot avea consecințe pentru întreaga viață. Chiar și în prima zi de muncă se pot întâmpla evenimente nefericite. Multe dintre acestea pot fi prevenite.
- Ca tineri care începeți activitatea profesională puteți fi expuși într-o măsură mai mare riscurilor decât colegii voștri cu vechime mai mare. Debutanți în activitate și la locul de muncă, vă lipsește experiența în muncă și cea referitoare la riscurile pentru securitate și sănătate existente la locul de muncă. Aveți dreptul la o muncă sigură și sănătoasă, în special la instruire și supraveghere, absolut necesare, precum și dreptul să puneți întrebări și să raportați aspectele care vi se par lipsite de securitate.
- În conformitate cu statisticile europene, rata accidentelor de muncă în cazul lucrătorilor tineri, cu vârste cuprinse între 18 și 24 ani, este cu 50% mai mare decât la orice altă grupă de vârstă a lucrătorilor. Astfel de accidente sau îmbolnăviri se produc din cauza echipamentelor nesigure, condițiilor de muncă generatoare de stres, ritmului înalt de lucru, lipsei de instruire și supraveghere și lipsei procedurilor și controlului.
- Puteți fi expuși nu numai riscului de accidentare, dar și celui de afectare a sănătății.

**Sfaturi generale** despre cum să lucrați în condiții de securitate:

- Nu realizați nici o sarcină de muncă decât după ce ați fost instruiți în mod corespunzător;
- Dacă simțiți că ați primit prea multe informații, într-un timp scurt, solicitați îndrumătorului vostru să încetinească ritmul și să repete instrucțiunile;
- Nu părăsiți zona de lucru decât dacă vi s-a spus să faceți astfel. Alte zone pot prezenta pericole specifice pe care nu le cunoașteți cum ar fi linii electrice aeriene de înaltă tensiune, pardoseli alunecoase sau substanțe chimice toxice;
- Dacă sunteți nesigur cu privire la un anumit lucru, solicitați informații;
- Nu ezitați să solicitați o instruire suplimentară;
- Folosiți echipamentul individual de protecție corespunzător sarcinii de muncă respective (încălțămînta de protecție, casca sau mănușile etc.);
- Asigurați-vă că știți când trebuie să purtați costumul de protecție, unde se găsește, cum să îl utilizați și cum să aveți grijă de acesta;



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finantat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

- Aflați cum trebuie să acționați în situații de urgență (alarmă în caz de incendiu, cădere de tensiune sau alte situații);
- Raportați imediat îndrumătorului vostru orice accident (și reprezentantului lucrătorilor pe probleme de securitate, dacă acesta există);
- Nu ignorați semnele timpurii ale unor probleme de sănătate (dureri de cap, alte tipuri de dureri și disconfort, amețeli, mâncărimi ale pielii sau iritații la nivelul ochilor, nasului sau gâtului) și informați medicul;
- Urmați sfaturile și instrucțiunile care vi s-au dat.

### **De ce anume trebuie să mă feresc?**

- Alunecări și împiedicări - cauza cea mai frecventă a accidentelor de muncă din cauza supraaglomerării și dezordinii de la locurile de muncă, scurgerilor pe pardoseală, cablurilor poziționate necorespunzător sau pardoselilor deteriorate.
- Mașini și echipamente - numeroase accidente sunt cauzate de întreținerea deficitară, de lipsa dispozitivelor de protecție, lipsa de instruire, deficiențe electrice care pot cauza arsuri, incendii sau deces, încercarea de reparare a mașinii fără oprirea și deconectarea acesteia de la alimentarea cu tensiune. Ridicarea de sarcini grele și instabile - ridicarea într-o poziție incomodă sau manipularea manuală, în lipsa asigurării dispozitivelor de ridicat.
- Munca repetitivă, cu ritm de lucru înalt, în special în poziții incomode și cu perioade insuficiente de odihnă - pot determina dureri, suferințe și vătămări ale mușchilor și articulațiilor.
- Zgomot - nivelurile ridicate de zgomot pot cauza deficiențe auditive ce nu fie remediate.
- Vibrațiile și radiațiile - peste valorile admisibile devin periculoase.
- Substanțe chimice - în special fluidele utilizate pentru curățare, vopselele și pulberile care se găsesc la locul de muncă pot cauza mâncărimi de piele alergice, desfigurante, astm permanent etc.
- Stres - poate rezulta din modul de organizare al activității – volum de muncă greu de realizat, responsabilități neclare, presiune prea mare
- Mediul de muncă - disconfort cauzat de temperaturi extreme, iluminat deficitar etc.



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finantat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

## 2. Legislatia aplicata in desfășurarea activității practice a elevilor

### 2.1. Acte normative care reglementează activitatea de protecție a muncii în învățământ

Fiecare persoană implicată în desfășurarea activității de practică a studenților (studenți, tutori de practică etc.) va fi instruită și i se va efectua instructajul de protecție a muncii potrivit legilor, normelor și măsurilor de protecție specifice locațiilor de practică respective.

Actele normative care reglementează activitatea de protecție a muncii, inclusiv pentru derularea practicii studenților sunt:

- Legea 319/2006 - Legea securității și sănătății în muncă
- Codul muncii – Legea nr. 53/ 2003
- HG 1091/ 2016
- Lista orientativă și neexhaustivă a activităților și sectoarelor de activitate care pot necesita utilizarea de echipament individual de protecție - H.G. nr.1048/2006
- Normele generale de protecție a muncii ed. 2002
- NSSM\* nr. 37 pentru prelucrarea automată a datelor
- NSSM nr. 36 pentru laboratoare de analize fizico-chimice și mecanice
- NSSM nr. 57 pentru manipularea, transportul prin purtare și cu mijloace mecanizate și depozitarea materialelor
- NSSM nr. 111 pentru utilizarea energiei în medii normale
- ORDIN nr. 599/1998 privind prescripțiile minime pentru semnalizarea de securitate și/sau de sănătate la locul de muncă
- NSSM pentru diverse activități specifice din agricultură, construcții, transporturi, sectorul sanitar etc.

Observații:

\*NSSM = Norme specifice de securitate a muncii;

Informații suplimentare se regasesc la urmatoarele surse:

- resurse cu privire la tineri și securitatea în muncă <http://ew2006.osha.europa.eu/>;
- pericole și riscuri individuale în diferite locuri de muncă <http://osha.europa.eu>.



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finatat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

## 2.2. Legea 319/2006 - Legea securității și sănătății în muncă (extras)

**Art. 1.** Prezenta lege are ca scop instituirea de măsuri privind promovarea îmbunătățirii securității și sănătății în muncă a lucrătorilor.

**Art. 3.** Prezenta lege se aplică în toate sectoarele de activitate, atât publice, cât și private.

Prevederile prezentei legi se aplică angajatorilor, lucrătorilor și reprezentanților lucrătorilor.

**Art. 5.** În sensul prezentei legi, **termenii și expresiile** de mai jos au următorul înțeles:

- **lucrător** - persoana angajată de către un angajator, potrivit legii, inclusiv studenții, elevii în perioada efectuării stagiului de practică ...;
- **angajator** - persoana fizică sau juridică ce se află în raporturi de muncă ori de serviciu cu lucrătorul respectiv și care are responsabilitatea întreprinderii și/sau unității;
- **reprezentant al lucrătorilor** cu răspunderi specifice în domeniul securității și sănătății lucrătorilor- persoana aleasă, selectată sau desemnată de lucrători, în conformitate cu prevederile legale, să îi reprezinte pe aceștia în ceea ce privește problemele referitoare la protecția securității și sănătății lucrătorilor în muncă;
- **prevenire** - ansamblul de dispoziții sau măsuri luate ori prevăzute în toate etapele procesului de muncă, în scopul evitării sau diminuării riscurilor profesionale;
- **eveniment** - accidentul care a antrenat decesul sau vătămări ale organismului, produs în timpul procesului de muncă ori în îndeplinirea îndatoririlor de serviciu, situația de persoană dată dispărută sau accidentul de traseu ori de circulație, în condițiile în care au fost implicate persoane angajate, incidentul periculos, precum și cazul susceptibil de boală profesională sau legată de profesiune;
- **accident de muncă** - vătămarea violentă a organismului, precum și intoxicația acută profesională, care au loc în timpul procesului de muncă sau în îndeplinirea îndatoririlor de serviciu și care provoacă incapacitate temporară de muncă de cel puțin 3 zile calendaristice, invaliditate ori deces;
- **boală profesională** - afecțiunea care se produce ca urmare a exercitării unei meserii sau profesii, cauzată de agenți nocivi fizici, chimici ori biologici caracteristici locului de muncă, precum și de suprasolicitarea diferitelor organe sau sisteme ale organismului, în procesul de muncă;
- **echipament de muncă** - orice mașină, aparat, unealtă sau instalație folosită în muncă;
- **echipament individual de protecție** - orice echipament destinat a fi purtat sau mănuit de un lucrător pentru a-l proteja împotriva unuia ori mai multor riscuri care ar putea să îi pună în



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finatat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

pericol securitatea și sănătatea la locul de muncă, precum și orice supliment sau accesoriu proiectat pentru a îndeplini acest obiectiv;

- **loc de muncă** - locul destinat să cuprindă posturi de lucru, situat în clădirile întreprinderii și/sau unității, inclusiv orice alt loc din aria întreprinderii și/sau unității la care lucrătorul are acces în cadrul desfășurării activității;
- **stagiu de practică** - instruirea cu caracter aplicativ, specifică meseriei sau specialității în care se pregătesc elevii, studenții, ucenicii, precum și șomerii în perioada de reconversie profesională;
- **securitate și sănătate în muncă** - ansamblul de activități instituționalizate având ca scop asigurarea celor mai bune condiții în desfășurarea procesului de muncă, apărarea vieții, integrității fizice și psihice, sănătății lucrătorilor și a altor persoane participante la procesul de muncă.

**Art. 7.** În cadrul responsabilităților sale, angajatorul are obligația să ia **măsurile necesare pentru:**

- a) asigurarea securității și protecția sănătății lucrătorilor;
- b) prevenirea riscurilor profesionale;
- c) informarea și instruirea lucrătorilor;
- d) asigurarea cadrului organizatoric și a mijloacelor necesare securității și sănătății în muncă.

**Art. 10.** Angajatorul are următoarele obligații:

- să ia măsurile necesare pentru acordarea primului ajutor, stingerea incendiilor și evacuarea lucrătorilor, adaptate naturii activităților și mărimii întreprinderii și/sau unității, ținând seama de alte persoane prezente;
- să stabilească legăturile necesare cu serviciile specializate, îndeosebi în ceea ce privește primul ajutor, serviciul medical de urgență, salvare și pompieri.

**Art. 20.** Angajatorul trebuie să asigure condiții pentru ca fiecare lucrător să primească o instruire suficientă și adecvată în domeniul securității și sănătății în muncă, în special sub formă de informații și instrucțiuni de lucru, specifice locului de muncă și postului.

Angajatorul se va asigura că lucrătorii din întreprinderi și/sau unități din exterior, care desfășoară activități în întreprinderea și/sau unitatea proprie, au primit instrucțiuni adecvate referitoare la riscurile legate de securitate și sănătate în muncă, pe durata desfășurării activităților.

**Art. 23.** În mod deosebit, în scopul realizării obiectivelor prevăzute la art. 22, lucrătorii au următoarele obligații:

- a) să utilizeze corect mașinile, aparatura, uneltele, substanțele periculoase, echipamentele de transport și alte mijloace de producție;



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finatat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

- b) să utilizeze corect echipamentul individual de protecție acordat și, după utilizare, să îl înapoieze sau să îl pună la locul destinat pentru păstrare;
- c) să nu procedeze la scoaterea din funcțiune, la modificarea, schimbarea sau înlăturarea arbitrară a dispozitivelor de securitate proprii, în special ale mașinilor, aparaturii, uneltelor, instalațiilor tehnice și clădirilor, și să utilizeze corect aceste dispozitive;
- d) să comunice imediat angajatorului și/sau lucrătorilor desemnati orice situație de muncă despre care au motive întemeiate să o considere un pericol pentru securitatea și sănătatea lucrătorilor, precum și orice deficiență a sistemelor de protecție;
- e) să aducă la cunoștința conducătorului locului de muncă și/sau angajatorului accidentele suferite de propria persoană;
- f) să coopereze cu angajatorul și/sau cu lucrătorii desemnați, atât timp cât este necesar, pentru a face posibilă realizarea oricăror măsuri sau cerințe dispuse de către inspectorii de muncă și inspectorii sanitari, pentru protecția sănătății și securității lucrătorilor;

**Art. 30.** În sensul prevederilor art. 5, este, de asemenea, accident de muncă:

- accidentul suferit de persoane aflate în vizită în întreprindere și/sau unitate, cu permisiunea angajatorului;

**Art. 33.** În sensul prevederilor art. 5, afecțiunile suferite de elevi și studenți în timpul efectuării instruirii practice sunt, de asemenea, boli profesionale.



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finatat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

### 3. Instructaj SSM

#### 3.1. Riscurile de accidentare și îmbolnăvire profesională

- Caderea lucratorului la acelasi nivel datorită căilor de acces alunecoase, din cauza umezelii sau nepăstrării în condiții de curățenie;
- Contact cu curent electric - atingere directă a instalației de alimentare cu curent electric, sau indirectă la părțile dezizolate ori deteriorate ale benzilor;
- Accidentarea cu aparatura si elementele de mobilier de la locul de practica.

#### 3.2. Obligatiile elevilor aflatii in practica:

- Utilizarea corectă a aparaturii;
- Utilizarea echipamentului individual de protecție corespunzător scopului pentru care a fost creat;
- Comunicarea situațiilor de muncă care reprezintă un pericol;
- Aducerea la cunoștință tutorelui de la locul de practica accidentele suferite de propria persoană sau de catre un clt coleg;
- Aducerea la cunostinta tutorelui orice defectiune tehnica sau pericol;
- Însușirea și respectarea prevederile legislației din domeniul SSM;
- Insusirea si respectarea măsurilor de aplicare a normelor de protecție a muncii;
- Desfasurarea activitatii astfel încât să nu vă accidentați sau îmbolnăviți și nici să nu expuneți alte persoane;
- Să nu acordați primul ajutor dacă nu cunoașteți procedurile corecte de acțiune;

#### 3.3. Elemente/ cerinte de securitate si sanatate aflate deja in folosinta la locurile de practica:

- Instalații electrice
  - Proiectate si construite astfel incat sa nu prezinte pericol de incendiu sau explozie
  - corespund tensiunii nominale, condițiilor exterioare și competenței persoanelor care au acces la părți ale instalației
- Căi și ieșiri de urgență
  - rămân în permanență libere există un număr corespunzător de căi de
  - salvare și ieșiri de urgență ușile de ieșire în caz de urgență trebuie
  - să se deschidă spre exterior



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finantat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664



- Detectarea și prevenirea incendiilor
  - locurile de muncă trebuie prevăzute cu dispozitive corespunzătoare pentru stingerea incendiilor și, dacă este necesar, cu detectoare de incendii și sisteme de alarmă
  - dispozitivele neautomatizate de stingere a incendiilor trebuie să fie ușor accesibile și ușor de manevrat



- Ventilația locurilor de muncă în spații închise
  - măsuri pentru a asigura suficient aer proaspăt
- Temperatura în încăperi

“Activ in cariera - GOODSTART”

Proiect co-finatat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

- în timpul programului de lucru, temperatura din încăperile ce conțin posturi de lucru trebuie să fie adecvată organismului uman
- Iluminatul natural și artificial
  - în măsura în care este posibil, locurile de muncă trebuie să aibă iluminat natural suficient
  - să fie prevăzut un iluminat artificial adecvat pentru sănătatea și securitatea lucrătorilor
- Uși și porți
  - transparente - marcate corespunzător
  - batante transparente să aibă un panou transparent
- Zone periculoase
  - prevăzute, în măsura în care este posibil, cu dispozitive care să evite pătrunderea lucrătorilor neautorizați în aceste zone



- Echipamente de prim ajutor
  - marcate corespunzător și să fie ușor accesibile



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finantat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

- Principii ergonomice
  - locurile de muncă
    - se lucrează în poziție așezat - scaune concepute corespunzător caracteristicilor antropometrice și funcționale ale organismului uman
    - se lucrează în poziție ortostatică asigurarea de mijloace pentru așezarea lucrătorului cel puțin pentru perioade scurte de timp
  - echipamentele de muncă, mesele și bancurile de lucru
    - asigură spațiu suficient pentru sprijinirea comodă și stabilă a membrilor inferioare în timpul activității, cu posibilitatea mișcării acestora
- Protecția capului (protecția craniului) - căști de protecție
- Protecția picioarelor - încălțăminte de securitate cu talpă antiperforație
- Protecția ochilor sau a feței - ochelari de protecție, viziere și ecrane faciale
- Protecția respiratorie - semimăști/Aparate de protecție respiratorie
- Protecția auzului – antifoane
- Protecția corpului, brațelor și mâinilor - îmbrăcăminte de protecție
- Îmbrăcăminte de protecție împotriva intemperiilor
- Îmbrăcăminte reflectorizantă
- Centuri de securitate

**3.3. Alte semnalizari de securitate si sanatae aflate deja in folosinta la locurile de practica:**

Culoare	Semnificație sau scop	Indicații și precizări
Roșu	Semnal de interdicție	Atitudini periculoase
	Pericol-alarmă	Stop, oprire, dispozitiv de oprire de urgență Evacuare
	Materiale și echipamente de prevenire și stingere a incendiilor	Identificare și localizare
Galben sau galben-oranj	Semnal de avertizare	Atenție, precauție Verificare



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finantat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

Culoare	Semnificație sau scop	Indicații și precizări
Albastru	Semnal de obligație	Comportament sau acțiune specifică Obligația purtării echipamentului individual de protecție
Verde	Semnal de salvare sau de prim ajutor	Uși, ieșiri, căi de acces, echipamente, posturi, încăperi
	Situație de securitate	Revenire la normal



### 3.4. Consecințele nerespectării legislației:

Afectează elementele sistemului de muncă

- executant – ranirea și incapacitatea de a desfășura activitatea a executanților
- sarcina de muncă – în lipsa executantului sarcina nu mai este realizată și îndeplinită
- mijloacele de muncă – în urma incidentelor mijloacele de lucru pot fi avariate temporar sau permanent, producând daune pe termen scurt și mediu iar în unele cazuri pe termen lung
- mediul de muncă – există consecințe la nivelul
  - individului
  - angajatorului
  - societății

### 3.5. Acordarea primului ajutor:

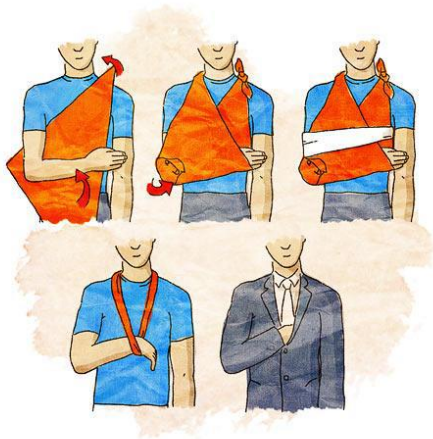
Mai jos sunt descrise tehnici de prim ajutor în câteva situații:

- Plagi:
  - Hemoragie scurgerea sângelui din vasele sangvine la lezarea integrității pereților lor
  - Oprirea provizorie a hemoragiei cu un garou și transportarea sinistratului la cea mai apropiată instituție medicală
- Fracturi:
  - Transportarea pacienților se face după ce s-a acordat ajutorul minimal necesar
    - efectuarea reanimării cardio-respiratorii
    - oprirea hemoragiei
    - imobilizarea de transport

“Activ in cariera - GOODSTART”

Proiect co-finatat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

- bandajarea rănilor și a arsurilor
- administrarea preparatelor analgezice
- Este deosebit de important de a limita sau evita deplin miscarile in locul fracturii



- Electrocutari:
  - Se intrerupe imediat accesul curentului electric catre victima!
  - Se acorda primul ajutor minim necesar:
    - efectuarea reanimării cardio-respiratorii
    - imobilizarea de transport
    - bandajarea posibilelor rani
    - administrarea preparatelor analgezice
- Arsuri:
  - cu flacăă
    - de stins urgent flacara cu apa, zapada, sau prin acoperirea cu o plapuma sau haina, fara invelirea capului
    - de scos hainele arzinde sau de taiat
  - cu lichide fierbinți
    - Se stropeste cu apa rece locul arsurii sau se scufunda in apa rece
  - cu substanțe chimice
    - acid sulfuric – splarare cu
      - spălare soluție de săpun
      - soluție de sodă de mâncare
    - acizi
      - spălare - apă
      - aplicare - servetele udate cu soluții bazice – de sodă de mâncare
    - baze





“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finatat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

## 4. Prevenirea contaminarii cu COVID19

Acest capitol cuprinde un set de prevederi minimale si obligatorii privind securitatea si sanatatea in munca a elevilor in raport cu sarcina de munca pe durata programului de practica pentru prevenirea raspandirii virusului COVID-19 in randul acestora si a personalului din unitati. Prin aplicarea si respectarea prevederilor din continut, se urmareste formarea unor deprinderi si a unui comportament adecvat realizarii in siguranta a sarcinilor de munca.

### 4.1. Legislatia specifica

- O.U.G nr. 21/2004 privind Sistemul National de Management al Situatiilor de Urgenta;
- HG nr.394/2020: declararea starii de alerta si masurile care se aplica pe durata starii de alerta pentru prevenirea si combaterea efectelor pandemiei de COVID-19
- HG 24/2020 Noile restrictii din starea de alerta
- HG 553/2020 prelungirea starii de alerta
- HG 668/2020 prelungirea starii de alerta
- OUG 68/2020 – modificarea si completarea unor acte normative in domeniul SU
- HG 43/2020 stabilirea unor masuri in domeniul sanatatii publice
- HG 15.09.2020 prelungirea starii de alerta cu 30 zile
- HG 856/ 14.10.2020 prelungirea starii de alerta cu 30 zile
- HG 967/ 13.11.2020 prelungirea starii de alerta cu 30 zile
- HG 58/ 10.12.2020 prelungirea starii de alerta cu 30 zile

### 4.2. Definitii

#### Contact apropiat al unui caz confirmat:

- Persoana care locuieste in aceeasi gospodarie cu un pacient cu COVID-19;
- Persoana care a avut contact fizic direct cu un caz de COVID-19 (ex. strangere de mana neurmata de igiena mainilor);
- Persoana care a avut contact direct neprotejat cu secretii infectioase ale unui caz de COVID-19 (ex. in timpul tusei, atingerea unor batiste cu mana neprotejata de manusa);
- Persoana care a avut contact fata in fata cu un caz de COVID-19 la o distanta mai mica de 2 metri si pe o durata de peste 15 minute;
- Persoana care s-a aflat in aceeasi incapere (ex. sala de clasa, sala de sedinte, sala de asteptare din spital) cu un caz de COVID-19, timp de minimum 15 minute si la o distanta mai mica de 2 metri;



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finatat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

- Persoana care a avut contact in avion cu un caz de COVID-19 si care a stat pe unul din cele 2 randuri in orice directie fata de caz, persoane care au calatorit impreuna cu cazul sau care i-au acordat ingrijire in avion, membri ai echipajului care au servit in zona in care s-a aflat cazul.
- Persoana care a stat intr-un areal geografic cu transmitere comunitara extinsa.

### **Persoanele aflate in autoizolare**

- Persoane sanatoase, sosite din zonele galbene si rosii declarate afectate, persoane despre care se presupune ca au avut un contact cu un caz confirmat necunoscut;
- Persoane sanatoase care au fost depistate in cursul anchetei epidemiologice si despre care se stie ca au avut contact apropiat cu un caz confirmat cunoscut.
- Persoanele aflate in izolare (autoizolare) la domiciliu, sunt persoane asimptomatice, cu un potential scazut de pericol de transmitere a bolii (si cu un potential redus de generare de aerosoli infectanti, mai ales daca au si o masca de protectie).

### **Caz suspect**

- Pacient cu infectie respiratorie acuta (debut brusc al cel puțin unuia din urmatoarele: tuse, febra, durere in gat, scurtarea respiratiei (cresterea frecventei respiratorii) care necesita sau nu spitalizare.

### **Caz confirmat**

- persoana cu confirmare in urma unui test in laborator a infectiei cu SARS-CoV-2, indiferent de semnele si simptomele clinice.

### **Situatia de alerta**

- Starea de alerta se declara la nivel local, judetean sau national, atunci cand analiza factorilor de risc indica necesitatea amplificarii raspunsului la o situatie de urgenta, pentru o perioada limitata de timp, care nu poate fi mai mare de 30 de zile.

### **4.3. Recomandari pentru companie**

Pentru prevenirea imbolnavirii angajatilor cu noul virus, COVID-19, compania de practica actioneaza astfel :

- Procedeaza la masuri de securitate privind restrictionarea accesului persoanelor care vin din exteriorul firmei (vizitatori, colaboratori etc.);
- Informeaza angajatii, elevii in practica si vizitatorii cu privire la masurile adoptate de conducerea firmei, cu privire la prevenirea contaminarii cu COVID-19.;
- Aloca fonduri materiale pentru achizitia de echipamente de protectie necesare sau pentru substante dezinfectante ;





“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finatat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

- Pe toata durata starii de alerta purtarea mastii este obligatorie atat in saptiile birou cat si in spatiile libere;

### 4.3. Recomandari pentru elevi

Pentru prevenirea imbolnavirii cu noul virus, COVID-19, si raspandirea acestuia elevul are urmatoarele responsabilitati:

#### Generale:

- Orice persoana care este suspecta de raceala / gripa nu se va prezenta la program, ci va anunta tutorele;
- Cand se deplaseaza, se recomanda sa aiba si sa utilizeze urmatoarele materiale conform legislatiei in vigoare:
  - masca si manusi de protectie;
  - dezinfectant pentru maini / servetele umede;
  - in starea de alerta se poarta masca obligatoriu.

#### Deplasarea de acasa la locul de practica si invers:

- Cei care se deplaseaza cu mijloace in comun, in special cele unde exista aglomerare de persoane, sa evite pe cat posibil contactul cu persoane straine, sa pastreze distanta de siguranta de 1m – 1,5 m si sa evite sa stea fata in fata cu alte persoane ;
- Sa masca de protectie si manusi, in special cei care merg cu mijloace de transport in comun ;
- In mijloacele de transport in comun, a se evita, pe cat posibil, contactul cu zonele unde exista riscul de contaminare, ex : bare, balustrade, spatarul scaunelor s.a.;
- Daca este posibil, a se dezinfecta mainile ori de cate ori se intra in contact cu suprafete posibil contaminate, cu bani sau orice alte materiale care sunt transmisibile de la om la om ;
- Masca de protectie, manusile sau servetelele utilizate in cazul stranutului, vor fi aruncate la cosul de gunoi, ambalate intr-o punga din plastic.

#### Inainte de inceperea lucrului la locul de practica:

- La intrarea in incinta societatii vor evita contactul direct cu alti colegi sau angajati (ex : salutul prin strangerea mainilor);
- Se vor spala pe maini cu apa si sapun, apoi vor merge in spatiile amenajate pentru echiparea corespunzatoare in haine de lucru;

“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finatat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

- Cei care fac practica ce presupune echipament specific se vor dezechipa de hainele de strada, in vestiarele amenajate in acest scop, evitand contactul direct intre hainele de strada si hainele de lucru;

**In timpul lucrului la locul de practica:**

- ORI DE CATE ORI ESTE NEVOIE, SPALATI-VA PE MAINI CU APA SI SAPUN !
- Evitati ducerea mainilor la nas / gura / ochi, daca acestea nu sunt dezinfectate !

**La sfarsitul lucrului la locul de practica:**

- Se spala mainile cu apa si sapun;
- Dezechiparea hainelor de lucru si asezarea lor in vestiar / dulap ;
- Hainele murdare vor fi impachetate si duse acasa, la spalare;
- Echiparea cu hainele si incaltamintea de strada.



# Coronavirus

**Măsuri de autoprotecție:**

-  Spalați-vă des pe mâini!
-  Evitați contactul cu oamenii care suferă de infecții respiratorii acute!
-  Nu vă atingeți ochii, nasul gura, dacă nu aveți mâinile igienizate!
-  Acoperiți-vă nasul și gura când strănutăți sau tușiți!
-  Nu luați medicamente antivirale sau antibiotice fără prescripția medicului!
-  Curățați suprafețele cu dezinfectanți pe bază de clor sau alcool!
-  Folosiți masca de protecție numai dacă suspectați că sunteți răcit sau sunteți în apropierea oamenilor bolnavi!

“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finatat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

## Pași în aplicarea corectă a măștii



1  
Legați snurul de sus în partea superioară a capului



2  
Legați snurul de jos la baza gâtului



3  
Fixați partea metalică a măștii cât mai bine pe nas



4  
Asigurați-va ca masca vă acoperă nasul, gura și bărbia, și că este fixa pe față



5  
Schimbați masca la fiecare 4 ore sau dacă devine umedă sau defectă





UNIUNEA EUROPEANĂ



“Activ in cariera - GOODSTART”  
Proiect co-finantat din Programul Operational Capital Uman 2014-2020  
POCU/633/6/14/132664

The infographic is on a blue background. At the top left is a green WhatsApp icon. Next to it is the phone number '0800 800 358' in large white text. Below the number is the text 'TelVerde este pentru informare, NU este pentru urgente!' in white. To the left of the main text is a circular graphic of colorful human figures holding hands, with the hashtag '#COVID-19' in the center. Below the main text are two green checkmarks with white text: 'La TelVerde 0800 800 358 suni gratuit din orice rețea de telefonie fixă sau mobilă, zilnic, între 8.00-23.00, pentru a obține informații suplimentare despre noul tip de infecție cu CORONAVIRUS (COVID-19).' and 'Pentru a nu bloca linia alocată, vă rugăm să sunați NUMAI în situații justificate.' At the bottom, there is a white box with the text 'INFORMAȚI-VĂ DOAR DIN SURSE OFICIALE! RESPECTAȚI RECOMANDĂRILE AUTORITĂȚILOR COMPETENTE!' and the logo of the Strategic Communication Group.

### Recomandarile Ministerului Sanatatii

- Spalati-va mainile de multe ori - Spalarea si dezinfectarea mainilor sunt actiuni decisive pentru a preveni infectia. Mainile se spala cu apa si sapun cel putin 20 de secunde. Daca nu exista apa si sapun, puteti folosi un dezinfectant pentru maini pe baza de alcool de 70%.
- Evitati contactul cu persoane care sunt suspecte de infectii respiratorii acute;
- Nu va atingeti ochii, nasul si gura cu mainile - Virusul se transmite mai ales pe cale respiratorie, dar poate intra in corp prin ochi, nas si gura, astfel eviati atingerea daca nu v-ati spalat bine mainile;
- Acoperiti-va gura si nasul daca stranutati sau tusiti;
- Nu luati medicamente antivirale si nici antibiotice decat in cazul in care va prescrie medicul;
- Curatati toate suprafetele cu dezinfectanti pe baza de clor sau alcool;
- Utilizati masca de protectie;
- Sunati la 112 daca aveti febra, tusiti sau v-ati intors din zonele in carantina;
- Mentineti distanta de cel putin 1.5 m intre dumneavoastra si alte persoane, in special cand acestea tuesc, stranuta sau au febra, deoarece picaturile de saliva pot transmite virusul de la o distanta apropiata.

Material realizat de Cristina Udateanu, Coordonator tutori

Avizat de Radu Toma, Coordonator partener

Aprobat, Cristina Iliescu Nedelcu, Manager proiect