



Rialtas na hÉireann
Government of Ireland

An Prótacal um Oibriú go Sábháilte

Prótacal Náisiúnta COVID-19
d'Fhostóirí agus d'Oibrithe

21.10.2021

Clár Ábhar

1. Réamhrá	3
A. Comhthéacs	3
B. Oibriú le chéile chun COVID-19 san ionad oibre a chur faoi chois	5
C. Príomhionadaí na nOibrithe (PIO)	7
2. Eolas Ginearálta maidir le COVID-19	9
F. Réamhrá	9
B. Comharthaí COVID-19	9
C. Conas a Scaiptear COVID-19	11
3. Bearta d’Fhostóirí agus Oibrithe le Baol Nochta do COVID-19 a Laghdú san Ionad Oibre	13
F. A bPlean Freagartha do COVID-19 a choimeád cothrom le dáta	13
B. Beartais agus nósanna imeachta a chur i bhfeidhm agus a chothabháil chun sainaitheint agus aonrú tapa a dhéanamh ar oibrithe a bhféadfadh comharthaí COVID-19 a bheith orthu	14
C. Athruithe nó Beartais san Ionad Oibre a Fhorbairt, a Nuashonrú, a Chur in Iúl, a Chur i bhFeidhm nó Dul i gComhairle leo	16
D. Bearta Coiscthe agus Rialaithe Ionfabhtuithe (CRI) COVID-19 a Chur i bhFeidhm	17
D1. Sláinteachas Lámh	17
D2. Sláinteachas Riospráide	19
D3. Scaradh Fisiciúil	19
D4. Bearta sula bhFilltear ar an Obair	22
D5. Déileáil le Cás Amhrasta COVID-19 san Ionad Oibre.....	26
D6. Oibrithe i mBaol.....	29
D7. Oibriú ón mbaile	29
D8. Taisteal Gnó.....	30
D9. Conraitheoirí agus Cuairteoirí	30
D10. Glanadh	31
D11. TCP a Úsáid – Trealamh Cosanta Pearsanta.....	32
D12. Róil a Dhéileálann le Custaiméirí	34
D13. Tástálacha Diagnóiseacha Antaiginí (TDAanna) agus Mearthástálacha Diagnóiseacha Antaiginí (MTDAanna).....	34
D14. Vacsaíniú	38

4. Ról Oibrí – Suíomhanna Ionad Oibre agus Pobail.....	42
5. Bearta agus Moltaí Sláinte agus Sábháilteachta Ceirde.....	44
A. Riachtanais Tuairiscithe má thagann COVID-19 ar oibrí	45
B. Garchabhair	47
C. Meabhairshláinte agus Folláine	47
D. Téamh, Aerú agus agus Aerchóiriú (TAA)	48
E. Legionella	57
6. Comhairle d’Fhostóirí agus d’Oibrithe.....	58
7. Eolas ar Shláinte Phoiblí Sláinte agus ar Shláinte agus Sábháilteacht Cheirde	59
8. Eolas ar Leanúnachas agus Tacaíochtaí Gnó	60
9. Aguisín – Tuilleadh Comhairle agus Eolais maidir le Sláinte Phoiblí.....	61
A. Cás nó Cásanna (Ráig) a Bhainistiú san Ionad Oibre	61
B. Díghalrán Lámh a Roghnú	62
C. Foirne nó Meithleacha Sainaitheanta a Úsáid	62
D. Cumhdaigh Aghaidhe – Maisc Aghaidhe – Cealtracha	63
E. Comhairle agus Treoir a bhaineann go Sonrach le hEarnálacha	65
F. Mearthástálacha Diagnóiseacha Antaiginí (MTDAanna)	67
G. Nóta Treorach ó Ghrúpa Comhairliúcháin an FGFS maidir leis an bPrótacal um Oibriú go Sábháilte	75
10. Gluais.....	79

1. Réamhrá

A. Comhthéacs

Chuaigh paindéim COVID-19 i gcion go dian ar gach gné de shochaí agus de gheilleagar na hÉireann. Agus aghaidh á tabhairt againn air seo, an dúshlán is mó a cuireadh romhainn le blianta fada, chuaigh muintir na hÉireann go léir, geall leis, sa bhearna bhaoil agus chloígh siad leis na treoirínte diana a chuir an Rialtas i bhfeidhm, a mhol an Fhoireann Náisiúnta Éigeandála Sláinte Poiblí (an an FÉSPN). Chuidíomar go léir leis an dul chun cinn atá déanta ag Éirinn chun srian a chur ar leathnú COVID-19 agus, dá bhrí sin, tá beathaí tugtha slán againn. Ach tá dúshlán ann i gcónaí lenár ndul chun cinn leanúnach ar leathnú an víris a laghdú. Le chéile, agus mar dhaoine aonair, ní mór dúinn leanúint dár n-iarreachtaí chun smacht a choinneáil ar an víreas.

An Prótacal um Oibriú go Sábháilte a foilsíodh i Samhain 2020 (agus nuashonraíodh i mí na Nollag 2020 agus i mBealtaine 2021) ina léirítear ‘Teacht Aniar agus Téarnamh 2020-2021: Plean maidir le Maireachtáil le COVID-19’ an Rialtais chomh maith leis an gComhairle Sláinte Poiblí a nuashonrú a bhí ar fáil ag an tráth sin.

D’fhoilsigh an Rialtas An Dúshlán a Athfhrámú: Leanúint lenár dTéarnamh agus Athcheangal (‘Reframing the Challenge: Continuing our Recovery and Reconnecting’) an 31 Lúnasa 2021, ina bhfuil treoir nuashonraithe mar chuid den phróiseas athoscailte cúramach agus de réir a chéile ón 20 Meán Fómhair 2021. D’fhógair an Rialtas an 19 Deireadh Fómhair 2021 bearta breise chun athoscailt a dhéanamh, agus na forbairtí is déanaí á gcur san áireamh maidir le leitheadúlacht agus iompar COVID-19, agus dul chun cinn a rinneadh i vacsaínithe a thabhairt isteach, a mbeadh feidhm acu ón 22 Deireadh Fómhair 2021. Leanfaidh treoir thábhachtach agus riachtanach Sláinte Poiblí atá i bhfeidhm faoi láthair de bheith i bhfeidhm i ndiaidh an 22 Deireadh Fómhair 2021, áfach. Leanfaidh an Prótacal um Oibriú go Sábháilte de bheith go hiomlán i bhfeidhm go fóill, ina leagtar amach na bearta íosta um chosc agus rialú ionfhabhtuithe Sláinte Poiblí ar gá d’fhostóirí agus oibrítithe tabhairt fúthu, i ngach áit oibre, chun scaipeadh COVID-19 a chosc agus a laghdú.

Ar aon dul le comhairle Sláinte Poiblí, ba cheart go leanfadh an filleadh ar fhreastal ar ionaid oibre ag titim amach ar bhonn céimnithe agus cúramach a oireann do gach earnáil agus do riachtanais ghnó ar leith. Ba cheart go gcuirí san áireamh i bhfillleadh cúramach ag oibriú airdeallach ar ionaid oibre leibhéil freastail chuí, agus socruithe céimnithe a úsáid, cosúil le freastal neamh-lánaimseartha agus uaireanta oibre solúbtha, go ndéantar an freastal sin do riachtanais ar leith ghnó.

Leanfaidh idirchaidreamh ag titim amach idir an Rialtas, ceardchumann agus ionadaithe fostóra, faoi choimirce an Fhóraitm Gheilleagraigh Fostóirí Saothair, maidir le treoir a theastaíonn d'fhostóirí agus oibríthe don tréimhse amach romhainn, agus an treoir Sláinte Poiblí is déanaí agus aon chinntí breise a dhéanfaidh an Rialtas á gcur san áireamh.

Leanann an Prótacal um Oibriú go Sábháilte le comhairle agus treoir a chur ar fáil d'fhostóirí agus d'oibríthe le bearta coiscithe agus rialaithe ionfhabhtuithe (CRI) agus bearta eile atá i bhfeidhm le cosc a chur ar scaipeadh COVID-19 san ionad oibre. Cuimsítear sa Phrótacal um Oibriú go Sábháilte freisin na bearta a theastaíonn le hoibriú sábháilte ionaid oibre agus athoscailt ionaid oibre a chinntiú tar éis dóibh a bheith dúnta go sealadach. Anuas air sin, tá réimse seicliostaí agus teimpléad, atá bunaithe ar an bPrótacal, ar fáil ar [láithreán gréasáin](#) an Údaráis Sláinte agus Sábháilteachta.

Mar gheall go dtagann athrú seasmhach ar chomhairle agus idirghabháil sláinte poiblí mar gheall ar fhianaise nua agus atá ag teacht chun cinn agus go bhfuil idirghabháil Sláinte Poiblí á gcur i bhfeidhm cosúil leis an gclár vacsaínithe, ba cheart d'fhostóirí agus oibríthe a chinntiú go leanann siad de chloí le agus de bheith ar an eolas ar an gcomhairle sláinte poiblí reatha atá ar fáil ar láithreán gréasáin an IFCS/FSS, www.hpsc.ie.

Leanann iarracht chomhoibrítheach idir an tÚdarás Sláinte agus Sábháilteachta (an ÚSS), an Roinn Fiontar, Trádála agus Fostaíochta (an RFTF), Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte (FSS) agus an Roinn Sláinte a bheith sa nuashonrú seo ar an bPrótacal. Lean an nuashonrú plé agus comhaontú freisin ag an bhFóram Geilleagrach Fostóirí Saothair (an FGFS), arb é an fóram d'idirphlé ardleibhéil idir an Rialtas, Ceardchumann agus ionadaithe Fostóra ar cheisteanna a bhaineann leis an lucht saothair. Rinne Roinn an Taoisigh agus an Roinn Fiontar, Trádála agus Fostaíochta maoirseacht ar an obair seo freisin. D'eisigh grúpa

maoirseachta an FGFS nóta treorach nuashonraithe a dhéanfaidh an tréimhse i ndiaidh 22 Deireadh Fómhair 2021 a chumhdach agus is féidir cóip den nóta seo a fháil in Aguisín G.

Cuimsítear sa phrótacal comhairle reatha faoi bhearta le scaipeadh COVID-19 sa phobal agus i in ionaid oibre a laghdú a d'eisigh an Fhoireann Éigeandála Sláinte Poiblí Náisiúnta (an FÉSPN) agus an Rialtas. Mar gheall go leanann an chomhairle a d'eisigh an Rialtas agus an FÉSPN ag teacht chun cinn, beidh an Prótacal um Oibriú go Sábháilte agus na bearta ar gá d'fhostóirí agus oibríthe dul i ngleic leo le teacht chun cinn freisin. Tá na sonraí a chuimsítear sa cháipéis seo, ar an ábhar sin, neamhchríochnaitheach agus d'fhéadfadh athrú teacht orthu. Cáipéis ghinearálta é an Prótacal seo a bhaineann leis na hearnálacha go léir. Ní dheartar é go gcuirfidh sé cosc ar bhearta sonracha breise a thabhairt isteach in earnálacha ná in ionaid oibre ar leith. Is féidir bearta breise ar leith a thabhairt isteach a fhad agus go bhfeabhsaíonn siad na bearta a leagtar amach sa Phrótacal seo. De bhun an Phrótacail seo um Oibriú go Sábháilte, tá ar gach gnólacht agus eanáil a bhfuil treoir ar leith acu a dtreoir a athbhreithniú agus a nuashonrú ar aon dul leis an gcomhairle a chuimsítear sa cháipéis seo.

B. Oibriú le chéile chun COVID-19 san ionad oibre a chur faoi chois

Is é an bealach a bhaintear ionad oibre sábháilte amach i gcónaí ná príomhtheachtaireachtaí a chur in iúl go láidir, comhsheasmhacht a bhaint amach i gcur i bhfeidhm bearta um chosc agus rialú ionfhabhtuithe agus cur chuige comhoibritheach comhroinnte idir fostóirí agus oibríthe. Tá sé bunriachtanach freisin rath agus glacadh uasta a bhaint amach. Caithfidh fostóirí, oibríthe agus/nó a gCeardchumann aitheanta nó a n-ionadaithe eile leanúint d'idirchaidreamh rialta a dhéanamh faoi bhearta coiscithe agus rialaithe ionfhabhtuithe (CRI) COVID-19 san ionad oibre.

Ba cheart d'fhostóirí eolas agus treoir cothrom le dáta a sholáthar d'oibríthe. Ba cheart go n-áireofaí leis an saghas seo eolais:

- comharthaí agus siomptóim COVID-19,
- conas a scaiptear COVID-19,

- tugadh faoi mheasúnuithe riosca ar gach spás oibre/limistéar comhchoiteann agus soláthraíodh torthaí measúnuithe riosca don fhoireann ar bhealach soiléir agus intuigthe,
- cuireadh monatóirí CO2 ar fáil i seomraí ina dtugtar le fios sna measúnuithe riosca gur cheart iad a shuíomh/a shuiteáil,
- comhairle faoi shláinteachas lámhe agus riospráide, scaradh fisiciúil agus aerú,
- nuair nach féidir scaradh fisiciúil a dhéanamh, tá bearta maolaithe eile á gcur i bhfeidhm
- a thábhachtaí atá sé gan freastal ar an obair má tá comharthaí nó siomptóim COVID-19 ort nó má bhraitheann tú breoite,
- cumhdaigh aghaidhe/maisc, Trealamh Cosanta Pearsanta (TCP) a úsáid,
- gnáthaimh ghlanta agus diúscairt dramhaíola, agus
- clár vacsaínithe COVID-19.

Ba cheart nósanna imeachta agus bearta a bhfuiltear le tabhairt fúthu i gcás cás dearfach nó briseadh amach amhrasta san ionad oibre agus ról údaráis Sláinte Poiblí i dtaobh briseadh amach a bhainistiú a dhéanamh soiléir freisin. Ina theannta sin, tá ar fhostóirí oiliúint ionduchtúcháin COVID-19 a sholáthar do gach oibrí, tar éis go n-athosclaítear an t-ionad oibre i ndiaidh dúnta.

Anuas air sin, nuair a chuirtear san áireamh go bhfuil COVID-19 ina shaincheist chomh maith céanna sa phobal i gcoitinne, is áisiúil freisin comhairle ghinearálta a sholáthar maidir le bearta ar cheart don oibrí cloí leo nuair nach mbíonn siad ag an obair, taisteal sábháilte go dtí agus ón obair agus i gcóiríocht chónaithe (féach an mhír thíos ar [Ról Oibrí](#)) san áireamh.

Ní bhainfear cloí leis an bPrótacal seo amach ach má ghlacann fostóirí agus oibríthe freagracht chomhroinnte as na bearta a chuimsítear sa Phrótacal a chur i bhfeidhm ina n-áit oibre. Príomhról atá i ngach ionad oibre is ea ról Phríomhionadaí na nOibríthe (PIO). Ceapfaidh gach ionad oibre ar a laghad Príomhionadaí Oibríthe amháin a bhfuil sé de chúram acu a chinntiú go gcloítear go docht le bearta COVID-19 ina n-ionad oibre. Cuirtear sonraí breise ar fáil faoin ról seo sa mhír thíos.

Déanfaidh fostóirí cumarsáid freisin le hionadaithe sábháilteachta a roghnófar nó a cheapfar faoin reachtaíocht i dtaca le Sláinte agus Sábháilteacht agus rachaidh siad i gcomhairle le hoibrithe maidir le bearta sábháilteachta le cur i bhfeidhm san ionad oibre. Chun tuilleadh eolais a fháil faoi ról [an Ionadaí Sábháilteachta](#), tabhair cuairt ar shuíomh gréasáin an ÚSS.

Féadfaidh an fostóir freisin leas a bhaint as duine inniúil atá freagrach as sláinte agus sábháilteacht a bhainistiú (go himheánach nó go seachtrach), mar is gá, lena chinntiú go gcuirfear i bhfeidhm go héifeachtach athruithe ar ghníomhaíochtaí oibre agus bearta i dtaca le Cosc agus Rialú Ionfhabhtuithe san ionad oibre.

Chomh maith leis an bPrótacal seo, tá raon de [theimpléid, seicliostaí agus acmhainní COVID-19](#) ar fáil freisin. Rinne an ÚSS iad seo a ullmhú agus a nuashonrú chun cuidiú húinéirí gnólachtaí, fostóirí agus oibrithe gnólachtaí a choimeád ar siúl agus/nó cuidiú lena n-athoscailt i ndiaidh tréimhse dhúnta. Tá na hacmhainní seo ar fáil freisin as Gaeilge agus i dteangacha eile.

De réir mar a leanann tabhairt isteach an Chláir Vacsaínithe Náisiúnta ar aghaidh, spreagtar fostóirí agus fostaithe leanúint de chloí leis an gcomhairle agus na moltaí Sláinte Poiblí go léir. Is é an bealach is fearr le cosc a chur ar scaipeadh COVID-19 in ionad oibre nó in aon suíomh trí bhearta coiscthe, cosúil le vacsaíniú, scaradh fisiciúil, maisc/cumhdaigh a chaitheamh, sláinteachas ceart láimhe, béasaíocht riospráide agus aerú a mhéadú. Is tábhachtach, chomh maith, béim a leagan air nár cheart d'fhostaithe dul chuig an obair má bhíonn comharthaí COVID-19 orthu – gan aird ar a stádas vacsaínithe – agus ba cheart dóibh féinaonrú agus teagmháil a dhéanamh le FSS nó lena DG le tástáil a shocrú. ([féach Ceisteanna Coitianta ar Imdhíonacht agus Ionfhabhtú](#))

C. Príomhionadaí na nOibrithe (PIO)

Ceapfaidh gach ionad oibre ar laghad Príomhionadaí Oibrithe (PIO) amháin. Is é an ról atá acu ról acu oibriú go comhoibríoch leis an bhfostóir chun cuidiú le bearta a chur i bhfeidhm agus le monatóireacht a dhéanamh ar chomhlíonadh na mbeart i dtaca le Cosc agus Rialú Ionfhabhtuithe sa Phrótacal seo chun cosc a chur ar leathnú COVID-19 ina n-ionad oibre. Go hidéalach, beidh líon na n-ionadaithe a cheapfar comhréireach le líon na n-oibrithe. Ba chóir don PIO, in éineacht leis an bhfoireann bainistíochta freagartha COVID-19, tacú le cur

i bhfeidhm na mbeart CRI a shainaithnítear sa Phrótacal. Ba chóir go mbeifí ábalta duine nó daoine dá leithéid a shainaithint go soiléir san ionad oibre.

Ba chóir freisin go bhfaighidís an oiliúint ábhartha agus riachtanach óna bhfostóir. Is féidir tuilleadh eolais agus cúrsa gearr ar líne ar ról [Phríomhionadaí na nOibríthe](#) a fháil ar shuíomh gréasáin an ÚSS. De réir mar a fhillann oibríthe ar ionaid oibre, tá ról an Phríomhionadaí Oibríthe thar a bheith tábhachtach. Aithnítear, i measc go leor daoine, go gcruthóidh an filleadh ar an ionad oibre buarthaí dlisteanacha maidir leis na rioscaí a chruthaíonn COVID-19. Is féidir le hidirchaidreamh comhoibrítheach agus oscailte idir fostóirí agus oibríthe, bunaithe ar an bPrótacal um Oibriú go Sábháilte, a chinntiú, áfach, go ndéantar ionaid oibre a athoscailt agus go n-oibrítear iad ar bhealach a chuireann cosc ar scaipeadh COVID-19.

Má thagann buarthaí aníos san ionad oibre, ba cheart d'oibríthe teagmháil a dhéanamh leis an bhfostóir tríd an bPríomhoibrí Oibríthe nó trí ionadaí eile. Má leanann buarthaí a bheith ann faoi chur i bhfeidhm an Phrótacail um Oibriú go Sábháilte, d'fhéadfaidís seo a thabhairt chun solais le hAonad Teagmhála Ionaid Oibre an ÚSS (www.hsa.ie). Déanfaidh an ÚSS athbhreithniú ar an teagmháil go léir a dhéanann an ATIO leo maidir leis an bPrótacal um Oibriú go Sábháilte agus déanfaidh sé fiosrú leantach, faoi mar is cuí.

2. Eolas Ginearálta maidir le COVID-19

F. Réamhrá

Riosca Sláinte Poiblí is ea nochtadh do COVID-19 a théann i gcion ar gach uile shaoránach. Tá impleachtaí ag paindéim COVID-19 freisin do na hionaid oibre go léir toisc gur féidir leis bheith ina riosca sláinte d'oibríthe. Téann an deimhniú go bhfanfaidh an geilleagar oscailte agus ag feidhmiú in éineacht le bearta Sláinte Poiblí agus bearta i dtaca le riachtanais sábháilteachta agus sláinte ceirde chun laghdú a dhéanamh ar an riosca go scaipfear COVID-19. Tá sé tábhachtach go ndéanfar bainistiú ar an riosca go scaipfear COVID-19 san ionad oibre i dtaca le sláinte oibríthe, ach tá sé tábhachtach freisin go ndéanfar amhlaidh mar chuid de na hiarrachtaí i gcoitinne chun an scaipeadh sa phobal i gcoitinne a rialú agus na daoine is leochailí a chosaint.

Tugtar sonraí sna míreanna thíos ar shiomptóim COVID-19 agus ar an gcaoi a léiríonn an fhianaise reatha mar a leathnaítear é i gcoitinne agus san ionad oibre. Ba chóir d'fhostóirí agus d'fhostaithe coimeád cothrom le dáta le comhairle Sláinte Poiblí de réir mar a leanann COVID-19 ag teacht chun cinn.

B. Comharthaí COVID-19

Is féidir le hionfhabhtú leis an víreas is cúis le COVID-19 a bheith ina chúis le tinneas, idir tinneas éadrom agus tinneas trom agus, i roinnt cásanna, is féidir leis a bheith ina chúis le bás. D'fhéadfadh nach dtiocfaidh comharthaí COVID-19 ort go ceann 14 lá. Is féidir leo bheith cosúil le comharthaí slaghdáin, fliú nó fiabhras féir

Is iad gnáthchomharthaí an choróinvíris:

- fiabhras (ardteocht - 38 céim Celsius nó os a cionn),
- casacht nua - is féidir le haon saghas casachta a bheith i gceist leis seo, seachas díreach casacht thirim,
- gearranáil nó deacrachtaí anála,

- cailteanas nó athrú ar do bholadh nó do bhlas – ciallaíonn sé seo gur thug tú faoi deara nach féidir leat boladh nó blas a fháil ó rud ar bith, nó go bhfuil boladh nó blas éagsúil ón ngnáth,
- tá do shrón ag sileadh nó blocáilte,
- masmas, urlacan nó buinneach,
- cráphian agus pian nó tuirse,
- scornach thinn, agus
- tinneas cinn.

D'fhéadfadh nach bhfuil na comharthaí uile seo ort, nó d'fhéadfadh go bhfuil do chomharthaí éadrom. D'fhéadfadh comharthaí a bheith éagsúil i measc aoisghrúpaí nó athraithe éagsúla an víris. D'fhéadfadh nach dtiocfaidh comharthaí COVID-19 ort go ceann 14 lá. Má bhíonn amhras ort faoi aon chomharthaí atá ort, glaoigh ar do DG.

Má tá aon chomharthaí coitianta agat de COVID-19 (coróinvíreas), déan [féinaonrú](#) (fan i do sheomra) agus glaoigh ar do DG láithreach bonn nó caith súil ar láithreán gréasáin FSS féachaint an dteastaíonn [tástáil saor in aisce COVID-19](#) uait. Fad a bhíonn tú ag feitheamh leis an toradh tástála, b'fhéidir go mbeidh ar dhaoine eile i do theaghlach [a ngluaiseachtaí a shrianadh](#) (fanacht sa bhaile). Má chuirtear in iúl duit gur bhain tú toradh dearfach tástála amach i leith COVID-19, caithfidh tú féinaonrú agus cloí leis an gcomhairle Sláinte Poiblí. Déanfaidh rianaithe teagmhálaithe Sláinte Poiblí FSS teagmháil leat. Sainaitheofar do theagmhálaithe dlútha agus déanfar teagmháil leo agus cuirfear in iúl dóibh má rinne siad teagmháil dhlúth le cas dearfach agus mura bhfuil siad vacsaínithe, beidh orthu srian a chur ar a ngluaiseachtaí agus tabhairt faoi thástáil. Má tá na teagmhálaithe dlútha go hiomlán vacsaínithe agus mura bhfuil comharthaí orthu, b'fhéidir nach ga dóibh srian a chur ar a ngluaiseachtaí, áfach. Caithfidh gach teagmhálaí dlúth, gan aird ar cibé acu an bhfuil nó nach bhfuil siad vacsaínithe, féinaonrú agus tástáil a fháil má tá comharthaí orthu a thugann le fios go bhfuil [COVID-19](#) orthu.

Tá treoir maidir le rianú teagmhálaithe ar fáil ar láithreán gréasáin an IFCS ag [Treoir maidir le Rianú Teagmhálaithe - an tIonad Faireachais um Chosaint Sláinte \(hpsc.ie\)](#). Ma fhaigheann tú diagnóis luath ciallaíonn sé sin gur féidir leat an cúnamh atá de dhíth ort a fháil agus bearta a dhéanamh chun leathnú an víris a sheachaint, má tá sé ort.

Chun teacht ar an liosta iomlán comharthaí, féach, le do thoil, [láithreán gréasáin](#) FSS.

C. Conas a Scaiptear COVID-19

Is é an víreas SARS-CoV-2 is cúis leis an ngalar, a scaiptear idir daoine ar roinnt bealaí éagsúla.

Is féidir leis an víreas scaipeadh ó bhéal nó ó shrón duine ar a bhfuil an víreas i gcáithníní beaga leachtacha nuair a dhéanann siad casacht, nuair a ligeann siad sraoth, nuair a labhraíonn siad nó a chanann siad nó nuair a dhéanann siad anáil. Idir braoiníní móra riospráide agus aerasóil níos lú a bhíonn sna cáithníní seo.

Tugann an fhianaise reatha le fios go scaiptear an víreas go príomha idir daoine a dhéanann teagmháil dhlúth lena chéile, nuair a dhéanann siad teagmháil laistigh de 1 mhéadar (gearraon) lena chéile, de ghnáth. Is féidir duine a ionfhabhtú nuair a dhéantar aerasóil nó braoiníní ina gcuimsítear an víreas a anáil nó nuair a dhéanann siad teagmháil dhíreach leis na súile, an tsrón, nó an béal. Sin an fáth go mbíonn fad 2 mhéad a choimeád amach ó dhaoine eile agus maisc/cumhdaigh aghaidhe a chaitheamh éifeachtach chun scaipeadh an víris a laghdú.

Is féidir an víreas a scaipeadh freisin i suíomhanna taobh istigh ina bhfuil drochaerú agus/nó atá plódaithe, áit ar gnách do dhaoine tréimhsí níos faide ama a chaitheamh. Is é an chúis a bhíonn leis seo ná go leanann aerasóil de bheith san aer nó go dtaistealaíonn siad níos faide ná 1 mhéadar (fadraon). Sin an fáth gur tábhachtach a chinntiú a) nach bhfreastalaíonn oibrithe a bhfuil comharthaí COVID-19 orthu nó a bhraitheann breoite ar an obair, b) go gcoimeádtar leibhéil áitíochta íseal (i.e., tá formhór na bhfostaithe ag oibriú as baile, sa chás gur féidir) agus c) coimeádtar spásanna taobh istigh dea-aeraithe (aeráilte) trí fhuinneoga agus doirse a oscailt, más féidir.

Is féidir leat an víreas a fháil freisin trí lámh a leagan ar dhromhchlaí ar a bhfuil an víreas agus do lámh a leagan ina dhiaidh sin ar do shúile, do shrón nó do bhéal gan iad a ghlanadh ar dtús.

Maróidh gnáth-dhífhabhtáin tí an víreas ar dhromchlaí. Glan an dromchla ar dtús agus úsáid dífhabhtán ansin. Tá córas ina ndéantar glanadh críochnúil agus rialta ar dhromchlaí a leagtar lámh go minic orthu san ionad oibre bunriachtanach. Mar shampla, ba cheart meaisíní díola, meaisíní caife agus hanlaí dorais a ghlanadh go minic, mar gheall gur féidir leo bheith ina bhfoinsí tarchuir. Má theastaíonn díghalrú, caithfear é sin a dhéanamh anuas ar ghlanadh, agus níor cheart é a dhéanamh in ionad glanta riamh. Féach, le do thoil, an mhír [Glanadh](#) thíos, chun teacht ar bhreis sonraí.

Tugann an t-eolas reatha le tuiscint gur féidir le daoine ionfhabhtaithe an víreas a thras-seoladh nuair a bhíonn siad siomptómach (siomptóim á léiriú acu) agus aisiomptómach (níl siomptóim á léiriú acu) freisin. Sin an fáth a bhfuil sé riachtanach gur chóir tástáil a dhéanamh ar aon duine a léiríonn siomptóim a thugann le tuiscint go bhféadfadh COVID-19 a bheith orthu, nó aon duine a rinne dlúth-theagmháil le cás deimhnithe.

Tá an taighde tar éis cineálacha ar leith de thimpeallachtaí oibre a shainithint freisin ina bhfuil dóchúlacht níos mó ann go dtarlóidh leathnú COVID-19, go minic mar thoradh ar thosca timpeallachta. Mar shampla, tá ráigeanna COVID-19 tuairiscithe i roinnt suíomhanna le spásanna iata, amhail monarchana próiseála feola, clubanna oíche, áiteanna adhartha, bialanna, agus ionaid oibre ina bhféadfaidh daoine a bheith ag béicíl nó ag labhairt go hard. Sna ráigeanna seo, ní féidir a rá nach raibh tarchur aeriompartha (go sonrach i suíomhanna istigh ina bhfuil slua dlúth agus nach bhfuil aeraithe a dhóthain) ann. Sna timpeallachtaí ardriosca seo, ní mór leibhéal níos mó de chomhlíonadh a bheith ag fostóirí agus oibríthe leis an gcomhairle Sláinte Poiblí ar leith do shuíomhanna den chineál sin. Tá taighde breise ar bun chun tuiscint níos fearr a fháil ar scaipeadh an víris agus ar cén suíomhanna is baolaí agus an fáth atá leis sin. Tá taighde ar bun freisin chun staidéar a dhéanamh ar athraithigh an víris atá ag teacht chun cinn agus ar an bhfáth gur fusa cinn áirithe a tharchur.

Tá eolas breise ar fáil ó [HSE](#) agus [an EDS](#). Féach, chomh maith leis sin, an mhír thíos ar [Aerú](#).

3. Bearta d’Fhostóirí agus Oibríthe le Baol Nochta do COVID-19 a Laghdú san Ionad Oibre

Caithfidh fostóirí, i gcomhairle leis an PIO/na PIOanna, tabhairt faoi na bearta seo a leanas den chéad uair nó mar chuid den ghá lena bhfreagairt do COVID-19 a choimeád cothrom le dáta.

F. A bPlean Freagartha do COVID-19 a choimeád cothrom le dáta

Leanfaidh fostóirí de na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- a bPlean Freagartha do COVID-19 a fhorbairt agus/nó a nuashonrú,
- pleananna a fhorbairt i gcomhairle le hoibríthe agus iad a chur in iúl nuair a bheidh siad curtha i gcrích,
- cuidiú le príomhionadaí oibríthe amháin ar a laghad a cheapadh don ionad oibre, a dhéanfar i gcomhairle leis na hoibríthe agus/nó na hionadaithe,
- athbhreithniú agus nuashonrú a dhéanamh ar a measúnuithe riosca i dtaca lena sláinte agus sábháilteacht cheirde (SSC) agus a ráiteas sábháilteachta,
- aghaidh a thabhairt ar an leibhéal/na leibhéil riosca a bhaineann le hionaid oibre agus gníomhaíochtaí oibre éagsúla ina bpleananna gnó COVID-19 agus measúnuithe riosca i dtaca le sláinte agus sábháilteacht cheirde. Mar shampla, cén áit, conas agus cén foinsí COVID-19 a bhféadfadh oibríthe a bheith nochta dóibh? Déan machnamh freisin ar nochtadh do agus ón bpobal, custaiméirí, comhghleacaithe etc. Maidir leis seo, is féidir áiteanna ar leith (ceaintíní, áiseanna níos álainn, pointí iontrála/fágála), ina mbailíonn baill foirne le chéile a bheith ina mórionaid tarchuir,
- deimhin a dhéanamh de, sa chás ina bhfuil cleachtais oibre athraithe nó leasaithe chun leathnú COVID-19 a chosc, nach ndéanfar oibríthe a nochtadh de thaisme do chontúirtí breise sláinte agus sábháilteachta ceirde,

- tosca riosca aonair oibríthe a chur san áireamh (e.g. oibríthe níos sine, cé acu an meastar go bhfuil riosca an-ard nó riosca ard ag baint le hoibrí mar thoradh ar bhunghalair a bheith orthu),
- bearta a áireamh chun déileáil le cás amhrasta de COVID-19 san ionad oibre,
- na rialuithe a áireamh atá riachtanach chun aghaidh a thabhairt ar na rioscaí a shainaithnítear,
- bearta teagmhasacha a áireamh chun aghaidh a thabhairt ar rátaí níos airde de neamhláithreachtaí oibríthe, cur i bhfeidhm na mbearta atá riachtanach chun laghdú a dhéanamh ar leathnú COVID-19, patrúin oibre ag athrú, etc.
- aon bhearta cumarsáide ar leith a chur san áireamh sa phlean atá de dhíth d'oibríthe nach é an Béarla an chéad teanga acu agus cé chomh minic a dhéanfar iad a nuashonrú le haon athrú a chur san áireamh. In ionaid oibre dá leithéid, ba chóir d'fhostóirí ceannairí a shainaithint a bheidh ábalta feidhmiú mar chumarsáidithe le grúpaí ar leith. Is féidir ceannairí dá leithéid a ainmniú freisin mar phríomhionadaí oibríthe. Sholáthair FSS [aistriúcháin](#) ar a nAcmhainní COVID-19 agus rinne an ÚSS amhlaidh freisin [anseo](#), agus
- aon bhearta nó freagracht ar leith a áireamh sa phlean chun déileáil le ráig de COVID-19 (féach treoir an IFCS maidir le ráigeanna a bhainistiú [anseo](#)).

B. Beartais agus nósanna imeachta a chur i bhfeidhm agus a chothabháil chun sainaitheint agus aonrú tapa a dhéanamh ar oibríthe a bhféadfadh comharthaí COVID-19 a bheith orthu

Céim rithábachtach is ea daoine a d'fhéadfadh a bheith tógalach a shainaithint agus a aonrú go pras, chun an t-oibrí atá i gceist, a gcomhghleacaithe, custaiméirí nó daoine eile ag an ionad oibre a chosaint. Céim rithábachtach é freisin chun cosc a chur ar ráig in ionad oibre ó aistriú isteach sa phobal i gcoitinne agus le cosc a chur ar chásanna sa phobal bheith mar chúis le ráig san ionad oibre freisin.

Déanfaidh fostóirí na nithe seo a leanas:

- cuntas a choimeád de theagmhálacha chun cuidiú le rianú teagmhálaithe,

- oibrithe agus daoine eile a chur ar an eolas faoi chuspóir an chuntais (i.e. le húsáid ag lucht na Sláinte Poiblí má bhíonn ráig ann),
- eolas cothrom le dáta a choimeád faoi na hoibrithe go léir (lánaimseartha, páirtaimseartha, ar conradh agus ó ghníomhaireacht) san ionad oibre, Ba chóir go n-áireofaí leis an eolas sin, ar a laghad ainm, seoladh agus uimhir ghutháin teagmhála an oibrí aonair, Beidh an t-eolas seo de dhíth ar Roinn na Sláinte Poiblí má bhíonn cás nó ráig ann,
- eolas a thaispeáint faoi chomharthaí agus siomptóim COVID-19 agus gan obair a dhéanamh má tá comharthaí agus siomptóim COVID-19 ort nó má mhothaíonn tú tinn,
- eolas a chur ar fáil faoi conas sochair breoiteachta nó tacaí eile an Rialtais i dtaca le COVID-19 a fháil,
- eolas cothrom le dáta a sholáthar i dtaca leis an gcomhairle faoi shláinte phoiblí a eisíonn FSS agus Gov.ie,
- comhairle agus eolas i dtaca le Sláinte Phoiblí a sholáthar i dteangacha eile seachas an Béarla, de réir mar is gá. Ba chóir machnamh a dhéanamh freisin ar eolas éagsúil a chur ar fáil ar scáileáin teilifíse i suíomhanna feiceálacha (ceaintíní, pointí iontrála/fágála) chun feabhas a chur ar ghlacadh le teachtaireachtaí tábhachtacha,
- treoir a sholáthar d'oibrithe má thagann comharthaí agus siomptóim COVID-19 orthu le linn oibre.
- comhoibriú leis [an Roinn Sláinte Poiblí](#) má dheimhnítear cás agus/nó ráig COVID-19 ina n-ionad oibre agus/nó aon ghníomhartha leantacha a chur i bhfeidhm a theastaíonn, agus
- eolas pearsanta a bhaileofar a choimeád i gcomhréir le riachtanais an RGCS.

Déanfaidh oibrithe na nithe seo a leanas:

- iad féin a chur ar an eolas faoi chomharthaí agus siomptóim COVID-19 agus monatóireacht a dhéanamh ar a bhfolláine féin,
- gan freastal ar an obair má tá comharthaí nó siomptóim COVID-19 orthu nó má bhraitheann siad breoite,

- [féinaonrú nó srian a chur ar a ngluaiseachtaí sa bhaile](#) láithreach má thagann aon chomhartha nó siomptóm COVID-19 orthu agus teagmháil a dhéanamh go pras lena ndochtúir teaghlaigh nó le láithreán gréasáin FSS chun tástáil a eagrú,
- fanacht sa bhaile, má aithnítear iad mar [theagmhálaí dlúth](#) le cás deimhnithe COVID-19, agus gan dul ar obair,
- tuairisciú do bhainisteoirí láithreach má thagann aon siomptóm orthu le linn oibre, agus
- comhoibriú le haon phearsanra Sláinte Poiblí agus lena bhfostóir ar mhaithe le rianú teagmhálaithe agus aon chomhairle a thugtar i dtaca le Sláinte Poiblí má bhíonn cás nó ráig ann ina n-ionad oibre.

Caithfidh fostóirí agus oibrithe iad féin a choimeád cothrom le dáta ar an eolas Sláinte Poiblí go léir mar gheall gur féidir athrú teacht ar an eolas ar bhonn rialta.

C. Athruithe nó Beartais san Ionad Oibre a Fhorbairt, a Nuashonrú, a Chur in Iúl, a Chur i bhFeidhm nó Dul i gComhairle leo

Leanfaidh fostóirí de na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- athbhreithniú agus leasú a dhéanamh ar bheartais atá ann cheana i dtaca le saoire bhreioiteachta agus iad a athrú mar is cuí agus i gcomhréir le gnáthnósanna imeachta. Agus é sin á dhéanamh, rachaidh fostóirí i gcomhairle le hoibrithe agus beidh cumarsáid acu leo, i gcomhair le gnáthnósanna imeachta, i dtaca le haon athruithe a thabharfar isteach chun leathnú COVID-19 a laghdú,
- an chomhairle riachtanach i dtaca le Sláinte Poiblí ó FSS agus foinsí eile a chur ar fáil de réir mar is cuí dá n-oibrithe. Ba chóir don Phríomhionadaí Oibrithe/na Príomhionadaithe Oibrithe a cheapfar a bheith páirteach chun an chomhairle sláinte a chur in iúl i dtaca le COVID-19 san ionad oibre,
- eolas a chur ar fáil faoi conas sochair breioiteachta nó tacaí eile an Rialtais i dtaca le COVID-19 a fháil,

- aontú trí idirbheartaíocht le hoibrithe/Ceardchumainn maidir le haon athstruchtúró sealadach ar phatrúin oibre a mbeidh gá leo chun na bearta coiscthe COVID-19 a chur i bhfeidhm san ionad oibre. Agus é sin á dhéanamh, ní mór aon chomhaontuithe earnála atá ann cheana a chur san áireamh freisin,
- a chinntiú go dtacaíonn coinníollacha, lena n-áirítear foireann a fhostú trí chonarthaí gníomhaireachta, le cosc a chur ar leathnú COVID-19, agus
- íoslaghdú a dhéanamh ar uainíocht foirne i measc suíomhanna agus ionaid oibre iolracha, go háirithe i dtaca le foireann a fhostófar faoi chonarthaí gníomhaireachta.

Nóta: b'fhéidir go gcuirfear seirbhís sláinte ceirde ar fáil i gcás roinnt ionaid oibre. Ach ní dócha go mbeidh a leithéid ar fáil i bhformhór na n-ionad oibre. I suíomhanna ina bhfuil seirbhís sláinte ceirde curtha ar fáil ag an bhfostóir, is féidir an tseirbhís a úsáid chun aghaidh a thabhairt aon imní a bhíonn ag oibrithe agus chun na teachtaireachtaí a chur in iúl i dtaca le sláinteachas maith lámh, béasaíocht riospráide agus scaradh fisiciúil. Is féidir le seirbhís sláinte ceirde eagraíochta freisin oiliúint agus comhairle a chur ar fáil maidir leis na bearta a mholtar sa Phrótocal seo chun an leathnú a laghdú chomh maith le comhairle ar bhainistiú cáis nó ráige agus maidir le hoiriúnacht le fillleadh ar an obair.

Nóta: Thug an ÚSS treoir eatramhach isteach chun cabhrú le fostóirí agus oibrithe fillleadh ar obair a bhainistiú tar éis tástáil nó ionfhabhtú COVID-19. Tá an treoir eatramhach um Oiriúnacht chun Filleadh ar Obair agus seicliostaí gaolmhara ar fáil [anseo](#).

D. Bearta Coiscthe agus Rialaithe Ionfabhtuithe (CRI) COVID-19 a Chur i bhFeidhm

Is é an bealach is fearr le cosc a chur ar scaipeadh COVID-19 in ionad oibre nó in aon suíomh trí bhearta coiscthe, cosúil le maisc/cumhdaigh a chaitheamh, scaradh fisiciúil, sláinteachas ceart lámh, béasaíocht riospráide agus aerú a mhéadú. I measc na mbeart tábhachtach eile ar cheart don oibrí cloí leo ná fanacht sa bhaile má tá siad breoite agus tástáil a fháil agus vacsaíniú a fháil.

D1. Sláinteachas Lámh

Tá níos cháchán lámh rialta le gallúnach agus uisce éifeachtach chun COVID-19 a bhaint.

Ní mór d'fhostóirí na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- a chinntiú go bhfuil áiseanna agus ábhair shláinteachais chúí ar bun chun cuidiú le hoibrithe cloí le bearta i dtaca le sláinteachas lámh,
- comhairle agus oiliúint a chur ar fáil maidir le [conas tabhairt faoi shláinteachas lámh](#) go héifeachtach,
- póstaer a chur in airde maidir le conas lámha a ní i suíomhanna cuí ar fud an ionaid oibre, agus
- díghalráin lámh (atá bunaithe ar alcól nó nach bhfuil) a sholáthar más rud é nach féidir teacht ar áiseanna níocháin. Agus díghalrán bunaithe ar alcól á roghnú, tá gá le híosmhéid 60% alcól. **Nóta:** tá díghalráin lámh bunaithe ar alcól an-inlasta agus níor chóir iad a stóráil ná a úsáid gar do theas nó lasair nocht. Féach [an Aguisín](#) chun teacht ar chomhairle ar dhíghalrán lámh a roghnú.

Ní mór d'oibrithe na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- bheith ar an eolas faoi agus cloí le [treoir agus comhairle faoi shláinteachas lámh](#),
- a lámha a ní le gallúnach agus uisce nó le díghalrán lámh ar feadh 20 soicind ar a laghad agus, go háirithe:
 - i ndiaidh casachta and sraothartaí,
 - roimh agus i ndiaidh ithe,
 - roimh agus i ndiaidh bia a ullmhú,
 - roimh and i ndiaidh a gcumhdach aghaidhe a bhaint,
 - má táthar i dteagmháil le duine a léiríonn aon siomptóm COVID-19,
 - roimh agus i ndiaidh a bheith ar iompar poiblí,
 - roimh agus i ndiaidh a bheith i slua,
 - ag teacht chuig agus ag imeacht ón ionad oibre/suíomhanna eile,
 - ag dul isteach agus amach ó fheithicíl,
 - roimh thoitín a chaitheamh nó vápáil,
 - nuair atá na lámha salach. Más léir go bhfuil na lámha salach, nigh na lámha le gallúnach agus uisce, agus
 - i ndiaidh an leithreas a úsáid.
- seachain lámha a leagan ar a súile, béal nó srón.
- bíodh teacht acu ar áiseanna chun tacú le sláinteachas lámh (mar shampla, díghalrán lámh/ceirtíní lámh/áiseanna níocháin do lámha),

- ná roinn rudaí a mbíonn a mbéil i dteagmháil leo, mar shampla, buidéal nó cupáin.
- a bpinn féin a úsáid le síniú isteach/amach.

D2. Sláinteachas Riospráide

Chomh maith le sláinteachas lámh, tá sláinteachas agus béasaíocht riospráide mhaith riachtanach freisin.

Ní mór d'fhostóirí na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- ceirtíní a sholáthar chomh maith le haraidí/málaí chun iad a dhiúscairt,
- araidí a fholmhú go rialta, agus
- comhairle a sholáthar maidir le dea-chleachtas riospráide lena n-áirítear [maisic/cumhdaigh aghaidhe a úsáid, a stóráil agus a dhiúscairt go sábháilte agus a ghlanadh go sábháilte.](#)

Ní mór d'oibrithe na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- cloí le sláinteachas maith riospráide agus le béasaíocht mhaith maidir le casacht,
- a bheith ar an eolas faoin treoir i dtaca le sláinteachas riospráide agus cloí léi, agus
- cloí le dea-chleachtas maidir le maisic/cumhdaigh aghaidhe a úsáid, a stóráil, a dhiúscairt agus a ghlanadh go sábháilte agus maisic/cumhdaigh aghaidhe a ghlanadh.

D3. Scaradh Fisiciúil

Tá **scaradh fisiciúil** ar cheann de na bearta is tábhachtaí chun leathnú COVID-19 a laghdú. Is é 2 mhéadar an fad a mholtar faoi láthair le coimeád idir daoine chun riosca an tarchuir a íoslaghdú.

Ní mór d'fhostóirí na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- soláthar a dhéanamh don scaradh fisiciúil ar fud na ngníomhaíochtaí oibre. Is féidir é seo a dhéanamh ar roinnt bealaí:
 - beartas a chur i bhfeidhm gan lámha a chreathadh,

- sa chás go bhfuil cianobair riachtanach, ní mór acmhainn shaor oifige a úsáid a mhéid agus is indéanta go réasúnta agus obair a eagrú ar bhealach go seachnaítear iláitiú in oifigí agus/nó go gcoimeádtar faid fhisiciúla.
- oibríthe a eagrú ina bhfoirne nó a meithleacha a oibríonn le chéile go comhsheasmhach agus a ghlacann sosanna le chéile. Ba chóir go mbeadh na foirne chomh beag agus is féidir go réasúnta i gcomhthéacs na hoibre atá le déanamh. Féach [an Aguisín](#) chun teacht ar chomhairle ghinearálta ar fhoirne/mheithleacha a úsáid,
- sosanna a eagrú ar bhealach a chuidíonn le scaradh fisiciúil a choimeád le linn sosanna,
- limistéir oibre agus sosa a shocrú agus a atheagrú. Mar shampla, táblaí agus cathaoireacha a shuíomh fada go leor amach óna chéile i gceaintíní,
- machnamh a dhéanamh ar áiseanna ceaintín a dhúnadh sa chás nach féidir bearta Sláinte Poiblí lena n-áirítear scaradh sóisialta a éascú. Má tá siad á ndúnadh, tabhair eolas maidir le roghanna eile seachadta. **Nóta:** má chuirtear áiseanna ceaintín ar fáil san ionad oibre ar bhealach rialaithe, is féidir leis seo laghdú a dhéanamh ar an ngá d'oibríthe bailiú le chéile in áiteanna nach bhfuil chomh rialaithe céanna lasmuigh den ionad oibre (i.e., carranna agus siopaí),
- an úsáid a bhaintear as an gceaintín a scaradh amach agus amanna freastail a shíneadh,
- córas bainistíochta scuaine a chur i bhfeidhm le marcanna cearta faid chun scuainí a sheachaint ag cuntair bia, pointí fágála tráidirí agus cuntair amach,
- modhanna íocaíochta cárta a chur i bhfeidhm, sa chás gurb indéanta,
- amanna sonracha a shannadh do bhailiúcháin, coinní agus earraí isteach,
- cruinnithe a thionól ag baint úsáide as cianbhealaí ar líne, a mhéid agus is féidir. Sa chás go bhfuil cruinnithe aghaidh ar aghaidh ag titim amach, ní mór iad seo a eagrú i gcomhréir leis an gcomhairle ón Rialtas atá i bhfeidhm ag am tionóil an chruinnithe, cumhdaigh aghaidhe/maisc a chaitheamh san áireamh. Chomh maith leis sin, ba chóir fad an chruinnithe agus líon na ndaoine i láthair a choimeád chomh híseal agus is féidir agus ní mór do lucht freastail scaradh fisiciúil a dhéanamh i gcónaí. Ba chóir aerú ceart, mar shampla, fuinneoga a oscailt, a bheith ann freisin. Má bhíonn daoine i

seomra cruinnithe ar feadh tréimhse fhada measfar go mbeidh an lucht freastail ina ndlúth-theagmhálaithe má tharlaíonn ráig,

- córais aontreo a sholáthar do bhealaí isteach/amach san ionad oibre/ceaintín más indéanta,
- bearta agus córais atá ann cheana i dtaca le síniú isteach agus síniú amach, mar shampla, bithmhéadracht/geataí casta, a chur in oiriúint,
- a chinntiú go ndéantar oibríthe a bhfuil cóiríocht á roinnt acu ag ionad oibre a ghrúpáil i bhfoirne nó meithleacha seasta atá chomh beag agus is féidir agus ina bhfuil daoine a oibríonn le chéile freisin. A mhéid agus is féidir go réasúnta:
 - ba chóir go dtabharfaí a gcuid áiseanna comhchoiteanna féin do gach foireann nó meitheal a mhéid agus is indéanta go réasúnta (seomraí níos álainn, cistineacha agus seomraí comhchoiteanna) d'fhonn an t-ualach breise a sheachaint a leagann úsáid in aghaidh seala agus an gá le glantachán a dhéanamh idir na foirne éagsúla. Sa chás nach bhfuil sé seo indéanta, ba chóir d'fhostóirí úsáid chéimnithe agus córas feabhsaithe glantacháin a chur i bhfeidhm.
 - ní mór cóiríocht a ghlanadh go rialta agus a aerú de lámh (trí fhuinneoga agus doirse a oscailt) nó go meicniúil,
 - de ghnáth, ba chóir cóiríocht chodlata a bheith áitithe ag duine amháin,
 - ní mór seomraí breise a sholáthar d'aonrú luath daoine ionfhabhtaithe.
- cosc a chur ar thionól oibríthe san ionad oibre ag tús agus ag deireadh uaireanta oibre amháin ag innill taifeadta ama agus i seomraí feistis, seomraí níos álainn, seomraí taisceadán agus cithfholcadáin, agus
- scaradh fisiciúil a chur i bhfeidhm le linn aon ghníomhaíochta oibre lasmuigh. I gcás gníomhaíochtaí oibre lasmuigh, ba chóir áiseanna do shláinteachas lámh minic a sholáthar agus ba chóir iad a lonnú gar don áit ina bhfuil oibríthe ag oibriú. Ba chóir machnamh a dhéanamh ar áiseanna leithris lasmuigh freisin, más indéanta go praiticiúil.

I suíomhanna nach féidir a chinntiú go mbeidh oibríthe scartha 2 mhéadar óna chéile trí mhodhanna eagraíochta, ba chóir bearta cosanta eile a chur ar bun, mar shampla:

- Fad 1 mhéadar a choimeád nó an fad is indéanta agus is féidir go réasúnta,
- aon teagmháil dhíreach idir oibrithe a íoslaghdú agus áiseanna do níochán lámh a sholáthar, agus áiseanna eile do shláinteachas lámh, amhail díghalráin lámh, ciarsúir etc. atá inrochtana go héasca sa chaoi is gur féidir le hoibrithe sláinteachas lámh a dhéanamh a luaithe agus a bheidh an tasc oibre curtha i gcrích,
- bacainní fisiciúla a shuiteáil, amhail gardaí sraotha plaisteacha trédhearcacha idir oibrithe,
- TCP a sholáthar de réir mar is cuí (féach [Mír D11](#) thíos),
- maisc/cumhdaigh aghaidhe a chur ar fáil i gcomhréir le comhairle i dtaca le Sláinte Poiblí, agus
- aerú leordhóthanach cuí a chinntiú.

Nóta: Moltar go mbaintear úsáid as cumhdaigh aghaidhe in ionaid oibre phlódaithe, agus is féidir leis an bhfostóir a chinneadh mar chuid den mheasúnú riosca a dhéantar ar an ionad oibre. Níor chóir maisc/cumhdaigh aghaidhe a chaitheamh in ionad na mbeart i dtaca le Cosc agus Rialú Ionfhabhtuithe a luaitear thuas ach is féidir iad a úsáid in éineacht leis na bearta sin más rud é go bhfuil sé deacair scaradh fisiciúil/sóisialta a dhéanamh. Má chaitear maisc/cumhdaigh aghaidhe, ba chóir dóibh bheith glan agus níor chóir iad a roinnt le comhghleacaithe eile ná go mbeidís á láimhseáil ag comhghleacaithe eile. Féach [an Aguisín](#) chun teacht ar chomhairle ghinearálta bhreise ar chlúdaigh aghaidhe.

Nóta: Ní gá do scáileáin síneadh ón urlár go dtí an tsíleáil ach ba chóir go mbeidís ard go leor (e.g., duine atá ag seasamh a chumhdach) agus leathan go leor leis an gconair ón srón agus ón mbéal a bhlocáil ó aghaidh agus spás oibre na ndaoine eile. Is féidir scáileáin a bheith feistithe nó soghluaiste ag brath ar riachtanais lena n-áirítear rochtain éigeandála. Ba chóir scáileáin a ghlanadh go rialta le glantach agus uisce. Cuireann an tIonad Faireachais um Chosaint Sláinte ([an IFCS](#)) agus an tIonad Náisiúnta um Chomhoibriú ar son Sláinte Timpeallachta ([an NCCEH](#)). comhairle bhreise ar fáil faoi scáileáin.

D4. Bearta sula bhFilltear ar an Obair

Roimh fhilleadh ar an obair den chéad uair i ndiaidh ionad oibre a bheith dúnta, ní mór d'fhostóirí agus oibrithe araon na bearta seo a leanas a chur ar bun agus a chur i gcrích.

Ní mór d'fhostóirí na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- foirm Réamhfhilte ar Obair, nó a mhacasamhail, a bhunú agus a eisiúint le líonadh isteach ag oibrithe roimh fhilleadh ar an obair. Ba chóir go lorgófaí ar an bhfoirm seo dearbhú ón oibrí, chomh fada agus is eol dóibh:
 - nach bhfuil aon siomptóim de COVID-19 orthu,
 - nach bhfuil siad ag feitheamh ar thorthaí ó thástáil COVID-19,
 - nach bhfuil féinaonrú á dhéanamh acu agus nach bhfuil srian á chur acu ar a ngluaiseachtaí,
 - nach bhfuil siad tar éis filleadh ó thaisteal thar lear,
Nóta: Chun teacht ar eolas ar thaisteal thar lear, féach, le do thoil, láithreán gréasáin an Rialtais. Tá réimse bearta agus riachtanais nua, coraintín éigeantach san áireamh nuair atáthar tar éis taisteal ó thíortha áirithe, dóibh siúd atá ag taisteal go hÉirinn ar fáil ag www.gov.ie. Is tábhachtach go leanann fostóirí agus oibrithe leis an eolas is déanaí a fháil ar na srianta agus na riachtanais taistil isteach agus amach ón tír mar gheall go bhféadfadh athrú teacht orthu seo ar bhonn rialta.
- na ceisteanna seo a leanas a chur san áireamh ar an bhfoirm. Má thugann oibrí freagra **dearfach** ar aon chinn díobh, tá orthu cloí leis an gcomhairle leighis a thugtar dóibh nó comhairle leighis a lorg sula bhfilléann siad ar an obair:
 - An bhfuil siomptóim ort a thugann le fios go bhfuil COVID-19 ort, casacht, fiabhras/teocht ard, deacracht anála, cailleanas nó athrú ar do bholadh nó do bhlas san áireamh (féach an liosta i [Mír 2 B](#)) anois nó le 14 lá anuas? Tá/Níl,
 - An bhfuil diagnóis déanta ort d'ionfhabhtú dearbhaithe nó amhrasta COVID-19 le 14 lá anuas? Tá/Níl,
 - An bhfuil tú ag feitheamh ar thorthaí ó thástáil COVID-19? Tá/Níl,
 - Le 14 lá anuas, an raibh tú i dteagmháil le duine atá ina c(h)ás dearbhaithe nó amhrasta COVID-19? Bhí/Ní raibh,
 - Ar moladh duit féinaonrú a dhéanamh ag an tráth seo? Moladh/Níor moladh, agus
 - Ar moladh duit srian a chur ar do ngluaiseachtaí ag an tráth seo? Moladh/Níor moladh,

- oiliúint ionductaithe a sholáthar do na hoibrithe go léir ar a bhfillleadh ar an obair. Ar a laghad, ba chóir go n-áireofaí san oiliúint seo an chomhairle agus treoir cothrom le dáta is déanaí i dtaca le Sláinte Poiblí. Cuireann an ÚSS cúrsa ar líne saor in aisce ar fáil, [Ionduchtúchán um Oibriú go Sábháilte](#), ar féidir le fostóirí é a úsáid. I measc na rudaí ar leith ba cheart a chur san áireamh, tá:
 - cad ba chóir d'oibrí a dhéanamh má thagann siomptóim COVID-19 orthu sa bhaile nó ag an obair,
 - sonraí ar na bearta i dtaca le Cosc agus Rialú Ionfhabhtuithe chun aghaidh a thabhairt ar an riosca a chruthaíonn COVID-19,
 - léargas ar an bplean freagartha do COVID-19.
 - sainaithint ar na pointí teagmhála don fhostóir agus don Phríomhionadaí Oibrithe, agus
 - aon chomhairle eile a bhaineann go sonrath leis an earnáil atá ábhartha.
- na rialuithe riachtanacha a chur ar bun a shainaithnítear sa mheasúnú riosca chun leathnú COVID-19 san ionad oibre a chosc,
- tástáil teochta a chur i bhfeidhm i gcomhréir leis an gcomhairle i dtaca le Sláinte Phoiblí. Faoi láthair níl aon riachtanas Sláinte Poiblí le gabháil do thástáil/scagthástáil teochta san ionad oibre. Ach in earnálacha agus ionaid oibre áirithe, mhol lucht na Sláinte Poiblí don fhostóir seiceálacha teochta a chur ar bun, mar shampla, ar iontráil don ionad nó le linn sealaoibre, agus in earnálacha dá leithéid, cuirfidh an fhostóir an riachtanas seo i bhfeidhm de réir mar a mholann lucht na Sláinte Poiblí,
- aon tástáil dheonach COVID-19 a chur i bhfeidhm a bheidh de dhíth mar chuid de riachtanais olltástála nó sraith-thástála mar a mholfaidh lucht na Sláinte Poiblí. Próiseas comhaontaithe a chur i bhfeidhm d'oibrithe a mb'fhéidir nach mian leo páirt a ghlacadh sa tástáil, agus
- machnamh a dhéanamh ar úsáid teicneolaíochta le leibhéal freastail in ionaid oibre a rialú le plódú a sheachaint.

Ní mór d'oibrithe na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- an fhoirm Réamhfillte ar an Obair a líonadh agus a chur ar ais sula bhfillfidh siad ar obair,
- a rá lena bhfostóir má tá aon chúinsí i gceist eile a bhaineann le COVID-19, nach bhfuil san áireamh ar an bhfoirm, nach mór a nochtadh, b'fhéidir, le go bhféadfaidh

siad filleadh ar an obair go sábháilte. Mar shampla, má tá siad sa chatagóir riosca an-ard,

- fanacht sa bhaile má tá aon chomhartha nó siomptóim COVID-19 orthu nó má mhothaíonn siad tinn,
- féinaonrú nó a ngníomhaíochtaí a shrianadh i gcomhréir le comhairle óna ndochtúir teaghlaigh agus/nó lucht na Sláinte Poiblí,
- dul i dteagmháil lena ndochtúir teaghlaigh go pras má tá aon siomptóim COVID-19 orthu,
- dul faoi aon tástáil COVID-19 a bheidh de dhíth ina n-ionad oibre mar chuid d'olltástáil nó sraith-thástáil mar a mholfaidh lucht na Sláinte Poiblí agus mar a chuirfidh a bhfostóir i bhfeidhm,
- páirt a ghlacadh in aon oiliúint ionduchtúcháin a chuireann an fostóir ar fáil ar fhilleadh dóibh ar an ionad oibre,
- comhoibriú lena bhfostóir maidir le bearta coiscthe, scaradh fisiciúil, sláinteachas lámh agus Trealamh Cosanta Pearsanta (TCP) a chaitheamh, nuair is gá, agus
- aon tástáil teochta a dhéanamh a chuirfidh a bhfostóir i bhfeidhm mar thoradh ar chomhairle i dtaca le Sláinte Phoiblí.

Nóta: Caithfidh fostóirí agus oibrithe iad féin a choimeád cothrom le dáta ar an eolas Sláinte Poiblí go léir mar gheall gur féidir é seo a nuashonrú ar bhonn rialta. Tá eolas Sláinte Poiblí ar bheith i do theagmhálaí dlúth ar fáil ó láithreán gréasáin FSS. Tá comhairle ar leith ann freisin má a) tháinig tú isteach in Éirinn ó áit thar lear ([anseo](#)) nó b) má rinne tú teagmháil dhlúth le duine a bhain toradh dearfach tástála amach d'athraitheach is ábhar buartha. Anuas air sin, más teagmhálaí dlúth thú agus má tá tú go hiomlán vacsaínithe le vacsaín COVID-19, féach an chomhairle [anseo](#).

Níor cheart don fhostóir foirmeacha líonta Réamhfillte ar an Obair a choimeád ach chomh fada agus a theastaíonn agus ar aon dul leis an gcomhairle ón [gCoimisiún Coimisiún Cosanta Sonraí](#).

Is féidir le fostóirí an Fhoirm Réamhfillte ar Obair a chur ar fáil ar roinnt bealaí: cóip pháipéir, cóip leictreonach, trí aipeanna nó áiseanna eile ar líne. Agus formáidí

leictreonacha nó ar líne á n-úsáid, ba chóir na ceisteanna céanna a chur agus beidh an cur chuige céanna i bhfeidhm i dtaca leis na foirmeacha seo a choimeád.

Cé nach gá an fhoirm féin a sheoladh isteach arís, féadfaidh fostóirí iarraidh ar oibrithe a dhearbhu athuir gurb ionann na sonraí san fhoirm réamhfillte ar an obair i ndiaidh tréimhse fhada neamhláithreachta ó ionad oibre (e.g. i ndiaidh saoire bliantúla) nó sa chas nach mbíonn an t-oibrí san ionad oibre ach go hannamh.

D5. Déileáil le Cás Amhrasta COVID-19 san Ionad Oibre

Is í an príomhtheachtaireacht ná nár chóir d'oibrí freastal ar an obair más rud é go bhfuil aon chomhartha nó siomptóim COVID-19 orthu nó má mhothaíonn siad tinn. Má bhíonn comharthaí COVID-19 ar oibrí, ba cheart dóibh tástáil a fháil a luaithe agus is féidir.

Cé nár chóir d'oibrí freastal ar obair má tá aon siomptóim COVID-19 orthu, áfach, leagtar amach anseo thíos na bearta is cóir d'fhostóirí a chur ar bun chun déileáil le cás amhrasta a d'fhéadfadh tarlú le linn oibre.

Ní mór d'fhostóirí na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- struchtúr freagartha sonraithe a áireamh sa phlean freagartha COVID-19 a aithníonn an fhoireann (na foirne) atá freagrach as freagairt do chás amhrasta,
- cásbhainisteoir(i)/duine/daoine teagmhála ainmnithe a cheapadh chun déileáil le cásanna amhrasta,
- limistéar aonraithe sainithe a aithint roimh ré. Ba chóir go mbeadh an limistéar sainithe agus an bealach chuig an limistéar sainithe inrochtana go héasca agus, a oiread agus is féidir agus is indéanta, ba chóir go mbeadh sé inrochtana do dhaoine faoi mhíchumas,
- a chur san áireamh go bhféadfadh comharthaí COVID-19 a bheith ar dhuine amháin nó níos mó agus limistéir aonraithe bhreise a bheith acu, nó plan teagmhais eile, chun déileáil lena leithéid,
- a chinntiú go bhfuil sé d'acmhainn sa limistéar aonraithe an duine a aonrú taobh thiar de dhoras dúnta. Sa chás nach bhfuil limistéar le doras dúnta indéanta, ní mór don fhostóir soláthar a dhéanamh do limistéar atá ar shiúl ó oibrithe eile, agus
- mar is indéanta go réasúnta, na nithe seo a leanas a sholáthar:

- Aeráil, i.e. fuinneog a oscailt,
- Ciarsúir, díghalrán lámh, díghalrán agus/nó ceirtíní,
- TCP, lámhainní, maisc, agus
- Málaí/araidí dramhaíola.

Má bhíonn an chuma air go bhfuil siomptóim COVID-19 ar oibrí le linn oibre, ní mór don chásbhainisteoir/duine teagmhála ainmnithe agus don fhoireann freagartha na nithe seo a dhéanamh:

- an t-oibrí a aonrú agus nós imeachta a bheith ar bun chun an duine a thionlacan go dtí an limistéar aonraithe sainithe tríd an mbealach aonraithe, ag coimeád 2 mhéadar ar a laghad amach ón duine siomptómach agus a chinntiú go gcoimeádann daoine eile fad 2 mhéadar ar a laghad amach ón duine siomptómach i gcónaí,
- masc a sholáthar don duine ar a bhfuil siomptóim. Ba chóir don oibrí an masc a chaitheamh i limistéar coiteann nó nuair a bhíonn an t-áitreabh á fhágáil acu,
- a mheas cé acu an féidir nó nach féidir an duine atá tinn a ordú láithreach dul abhaile agus glaoch ar a ndochtúir teaghlaigh agus leanúint den féinaonrú sa bhaile,
- cuidiú leis an duine a bhfuil siomptóim orthu fanacht ina n-aonar sa chás nach féidir leo dul abhaile láithreach agus cuidiú leo glaoch ar a ndochtúir teaghlaigh. Ba chóir don oibrí staonadh ó lámh a leagan ar dhaoine, ar dhromchlaí agus ar rudaí. Ba chóir comhairle a chur ar an duine ar a bhfuil siomptóim a mbéal agus a srón a chumhdach leis an gciarsúr indiúscartha a chuirtear ar fáil nuair a dhéanann siad casacht nó sraoth agus an ciarsúr a chur sa mhála dramhaíola atá curtha ar fáil,
- iompar a shocrú abhaile nó chuig an ospidéal do mheasúnú leighis más gá,
- measúnú a chur i gcrích ar an eachtra a chuideoidh le gníomhartha agus athshlánú a leanfaidh a chinneadh,
- socrú a dhéanamh do ghlantachán cuí den limistéar aonraithe agus na limistéir oibre atá i gceist (féach an mhír thíos i dtaca le [Glanadh](#)), agus
- comhairle agus cúnamh a sholáthar má dhéanann Roinn na Sláinte Poiblí nó FSS teagmháil i dtaca le rianú teagmhálaithe.

Nóta: má tá seirbhís sláinte ceirde shannta ar bun ag an bhfostóir, is féidir leis an bhfostóir an tseirbhís seo a úsáid chun freagairt agus chun tacú le bearta a dhéileálann le cás dearbhaithe nó amhrasta COVID-19 mar atá leagtha amach thuas.

Tá tuilleadh eolais maidir le [teagmhálaithe dlútha, teagmhálaithe ócáideacha agus tástáil](#) ar fáil ó láithreán gréasáin FSS.

D6. Oibrithe i mBaol

Is féidir le hionfhabhtú leis an víreas is cúis le COVID-19 a bheith ina chúis le tinneas, idir tinneas éadrom agus tinneas trom agus, i roinnt cásanna, is féidir leis a bheith ina chúis le bás. I gcás roinnt oibrithe, is airde na rioscaí a chruthaíonn COVID-19. Tá dhá leibhéal de riosca níos airde ann – riosca an-ard (fíorleochaileach) agus riosca ard

Tá comhairle Sláinte Poiblí éagsúil ann do gach ceann de na grúpaí seo agus ba chóir d'fhostóirí an chomhairle seo a leanúint agus a ghlacadh.

Má tá oibrí sna catagóirí riosca an-ard nó riosca ard agus mura féidir leo oibriú as baile agus más gá dóibh a bheith san ionad oibre, caithfidh fostóirí a chinntiú go dtacaítear leo chun fad fisiciúil 2 mhéadar a choimeád amach ó dhaoine eile ag an ionad oibre. Nuair a bhíonn filleadh ar an ionad oibre d'oibrithe sa chatagóir riosca ard nó riosca an-ard (fíorleochaileach), b'fhéidir go mbeidh measúnú riosca leighis oibre a dhéanamh leis an oibrí agus le cleachtóir Sláinte Ceirde (nuair a bhíonn siad ar fáil) agus/nó le dochtúir teaghlaigh an oibrí. Ba cheart go gcuirfeadh fostóirí ar chumas na n-oibrithe siúd oibriú as baile, sa chás gur féidir.

D7. Oibriú ón mbaile

Ar aon dul le comhairle Sláinte Poiblí, ba cheart go leanfadh an filleadh ar ionaid oibre ag titim amach ar bhonn céimnithe agus cúramach, agus freastal céimnithe á úsáid á chur san áireamh, agus do riachtanais ghnó ar leith.

D'iarr an Rialtas ar fhostóirí freisin, i gcomhairle lena bhfostaithe, tosú lena socruithe fadtéarmacha a fhorbairt nó a chur i gcrích d'oibriú cumaisc nó cianda agus aird ar a riachtanais oibríochtúla agus ar aon dul le comhairle Sláinte Poiblí.

Ba cheart don fhostóir aon bheartas a bhaineann le hoibriú ón mbaile agus filleadh ar an obair a fhorbairt agus dul i gcomhairle ina leith i gcomhar le hoibrithe agus/nó Ceardchumann. [Treoir maidir le hOibriú ón mBaile](#) atá ar fáil ón ÚSS.

D8. Taisteal Gnó

- Níor chóir turais ghnó agus idirghníomhaíochtaí aghaidh ar aghaidh a chur ar siúl ach iad siúd atá riachtanach, agus, a mhéid agus is indéanta go réasúnta, ba chóir roghanna ar líne nó eile a chur ar fáil (e.g., glaonna gutháin nó físchomhdháil),
- Maidir le turais riachtanacha a bhaineann le hobair, ba cheart líon na n-oibrithe a roinneann feithicil – ag an am céanna nó i ndiaidh a chéile – a choinneáil chomh híseal agus is indéanta go réasúnta, mar shampla, trí fheithicil a shannadh ar fhoireann nó meitheal sheasta,
- Ba chóir díghalráin lámh agus trealamh glantacháin a sholáthar d'oibrithe dá bhfeithicil oibre, agus ba cheart glanadh a dhéanamh roimh agus i ndiaidh gach seal oibre. Ba chóir oibrithe a spreagadh le fuinneoga i bhfeithicilí oibre a choimeád ar oscailt. Ba cheart córais téimh agus aeraithe i bhfeithicilí a shocrú chun nach ndéanfaidís aer a athshruthú. Cuireann dhá fhuinneog a oscailt trasna óna chéile go páirteach i gcarranna feabhas mór ar aerú,
- Má tá a gcarranna pearsanta in úsáid acu don obair, ba cheart d'oibrithe cloí le comhairle Sláinte Poiblí agus bheith ina suí i gcomhréir leis an treoir i dtaca le scaradh fisiciúil. Más gá d'oibrithe feithicil oibre a chomhroinnt, nó má tá siad ag taisteal chuig an obair le daoine eile i bhfeithicil, ba chóir cumhdach aghaidhe nó masc a chaitheamh i gcomhréir le comhairle Sláinte Poiblí. Anuas air sin, ba cheart comhairle maidir le haerú a fheabhsú, faoi mar a leagtar amach thuas, a sholáthar, agus
- Ba chóir do ghnólachtaí tagairt a dhéanamh don chomhairle is déanaí ón Rialtas i dtaca le taisteal riachtanach isteach agus amach (thar lear) d'oibrithe agus do shaoránaigh.

Nóta: Chun teacht ar eolas cothrom le dáta ar thaisteal thar lear, féach, le do thoil, láithreán gréasáin an Rialtais [anseo](#).

D9. Conraitheoirí agus Cuairteoirí

- Ba cheart d'oibrithe, conraitheoirí nó cuairteoirí atá ar cuairt ar ionaid oibre ina bhfuil srianta ag eascairt as riosca COVID-19, cloí leis na bearta le Cosc agus Rialú lonfhabhtaithe atá i bhfeidhm sa suíomh agus an chomhairle i dtaca le Sláinte

Phoiblí maidir le leathnú COVID-19 a chur san áireamh. Ba chóir d'fhostóirí córas a chur ar bun chun taifead a dhéanamh ar chuartheanna ar an suíomh/na suíomhanna ag oibríthe nó daoine eile chomh maith le cuairteanna ag oibríthe ar ionaid oibre eile, agus ba chóir d'oibríthe é a chomhlánú mar is gá (cuntas teagmhála),

- Ba chóir oiliúint ionductaithe a sholáthar do chonraitheoirí agus cuairteoirí ar an ionad oibre. Is féidir [cúrsa ionductúcháin an Phrótacail um Oibriú go Sábháilte](#) de chuid an Údaráis Sláinte agus Sábháilteachta a úsáid freisin. Ba cheart don fhostóir comhairle ar leith a sholáthar freisin a bhaineann leis an ionad oibre anuas ar an ionductúchán ginearálta seo.

D10. Glanadh

Ní mór limistéir oibre a ghlanadh go rialta. Tá tuilleadh eolais faoi ghlanadh i suíomhanna nach suíomhanna cúraim sláinte iad ar fáil ón Lárionad Eorpach um Ghalair a Chosc agus a Rialú ([an LGCR](#)).

Ní mór d'fhostóirí na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- glanadh cuimsitheach rialta a dhéanamh ar dhromchlaí a leagtar lámh orthu go minic. Más gá limistéar a dhíghalrú, ní mór é a dhéanamh chomh maith le glanadh, agus níor cheart é a dhéanamh riamh in ionad glanta,
- deimhin a dhéanamh de gur soiléir go bhfuil dromchlaí teagmhála/tadhail amhail barr táblaí, trealamh oibre, hanlaí dorais agus ráillí láimhe glan i gcónaí agus go nglantar iad ag gach tráth agus go nglantar ar a laghad dhá uair sa lá iad,
- tréimhsí glantacháin leasaithe a chur i bhfeidhm do sheomraí agus limistéir oibre. Baineann sé seo go háirithe le háiseanna seomraí níochnáin, taisceadáin agus spásanna coiteanna. Ba chóir glanadh a dhéanamh ar a laghad dhá uair sa lá agus aon uair is soiléir go bhfuil áiseanna salach,
- ábhair ghlanta riachtanacha a sholáthar d'oibríthe chun a spás oibre féin a choimeád glan (mar shampla ceirtíní/táirgí díghalraithe, tuáillí páipéir agus araidí/málaí dramhaíola),
- díghalráin lámh agus trealamh glantacháin a sholáthar d'oibríthe dá bhfeithicil oibre, agus ba cheart glanadh a dhéanamh roimh agus i ndiaidh gach seal oibre,
- líon na bpointí bailithe dramhaíola a mhéadú agus a chinntiú go ndéanfar iad sin a fholmhú go rialta le linn agus ag deireadh gach lae, agus

- úsáid deasc sealáíochta a leasú d'fhonn a chinntiú go mbeidh siad ar fáil do bhail foirne aitheanta agus go mbeidh ábhair glantacháin chuí ar fáil d'oibrithe chun an limistéar a ghlanadh sula n-úsáidfear é agus i ndiaidh gur úsáideadh é.

Nóta: I dtaca le gnáthdhiúscairt ar dhramhaíl san ionad oibre, ba chóir dramhaíl amhail ciarsúir úsáidte, ceirtíní agus ábhar glanta a dhiúscairt sa ghnáthshruth dramhaíola tí. Ba chóir lámha a ghlanadh láithreach i ndiaidh na rudaí seo a dhiúscairt.

Maidir le dramhaíl ó oibrí a dtagann siomptóim orthu agus iad ag an obair, ba chóir an dramhaíl seo a dhiúscairt i mála dramhaíola indiúscartha. Nuair atá an mála dramhaíola trí cheathrú lán, ba chóir é a cheangal go daingean agus a chur i mála dramhaíola eile agus a cheangal arís. Ba chóir an mála a fhágáil ansin i suíomh sábháilte ar feadh trí lá (72 uair an chloig) sula gcuirfear amach é lena bhailiú.

Chun teacht ar chomhairle bhreise, déan teagmháil, le do thoil, le d'Údarás Áitiúil ábhartha.

D11. TCP a Úsáid – Trealamh Cosanta Pearsanta

Cé gur féidir le TCP a úsáid i gceart cuidiú le cosc a chur ar roinnt noхта a chosaint, níor chóir go mbeadh sé ag teacht san ionad ar bhearta choisctheacha eile mar a luaitear thuas. Áirítear mar shamplaí ar TCP lámhainní, gloiní cosanta agus cosaint riospráide. B'fhéidir go mbeidh gá le TCP a úsáid cheana in go leor ionaid oibre chun aghaidh a thabhairt ar rioscaí sláinte agus sábháilteachta ceirde, mar shampla, nochtadh ar cheimiceáin chontúirteacha.

I gcomhthéacs riosca COVID-19, ba chóir d'fhostóirí súil a chaitheamh ar [láithreán gréasáin an IFCS](#) go rialta chun teacht ar nuashonruithe maidir le TCP molta a úsáid.

- Ba chóir na bearta uile maidir le Cosc agus Rialú Ionfhabhtuithe agus comhlíonadh sláinteachais mar atá leagtha amach thuas a chur i bhfeidhm agus a choimeád i ngach cás,
- Ní mór TCP a roghnú bunaithe ar an mbaol agus ar an gcontúirt don oibrí,
- Ní mór d'fhostóirí TCP agus éadaí cosanta a sholáthar d'oibrithe i gcomhréir leis na rioscaí noхта COVID-19 aitheanta agus i gcomhréir leis an gcomhairle i dtaca le Sláinte Phoiblí,

- Ba chóir d'oibrithe a bheith oilte ar TCP a úsáid, a chur orthu/a bhaint díobh, a ghlanadh, a stóráil agus a dhiúscairt i gceart. Tá póstaer agus físeáin curtha le chéile ag an IFCS ar TCP a chur ort agus a bhaint díot i gceart agus tá iad seo ar fáil ar [láithreán gréasáin an IFCS](#) anuas ar láithreán gréasáin [an ÚSS](#),
- Níl lámhainní riachtanach ar mhaithe le Cosc agus Rialú Infhabhtuithe, de ghnáth. Má tá lámhainní riachtanach, níor chóir go n-úsáidfid iad in ionad sláinteachas lámh agus ní mór lámha a ní nuair a bhaintear lámhainní. Níor chóir go mbeadh baol breise ceirde ann mar thoradh ar lámhainní (amhail lámhainní ag dul i bhfostú i bpáirteanna rothlacha). Ba chóir srianta ar an méid ama is féidir iad a chaitheamh agus ar leochaileacht aonair oibrithe (aillleirgí, etc.) a chur san áireamh freisin,
- Maidir le TCP ar leith, amhail anáilaitheoirí, ní mór iad seo a roghnú i gceart don té a úsáidfidh iad agus ní mór iad fheistiú i gceart (a sheiceáil go gclúdaíonn siad an béal/an tsrón) gach uair a chuirtear an t-anáilaitheoir ar dhuine. Moltar go ndéanann duine inniúil an tástáil ar cé acu an gclúdaíonn nó nach gclúdaíonn an t-anáilaitheoir an béal/an tsrón lena chinntiú go gcuireann an t-anáilaitheoir a roghnaíodh séalú leordhóthanach aghaidhe ar fáil don té a bhfuil sé á chaitheamh acu. Tá [eolas](#) breise ar anáilaitheoirí a roghnú agus a úsáid ar fáil ón ÚSS,
- Ní mór TCP a chaitheamh go seasta agus i gceart, nuair a theastaíonn sé. Ina theannta sin, ní mór é a scrúdú, a ghlanadh, a chothabháil agus a athrú go rialta, de réir mar is gá. Ba chóir lámha a dhíghalrú roimh TCP a chur ort agus i ndiaidh TCP a bhaint díot,
- Tá [eolas breise ar TCP](#) ar fáil ón ÚSS, agus
- Tá [comhairle do dhéantúsóirí agus iompórtálaithe ar mian leo TCP a thabhairt isteach](#) ar an margadh mar fhreagairt d'éigeandáil reatha COVID-19 ar fáil ón ÚSS.

Nóta: Níor chóir riamh aghaidhsciatha atá ceaptha agus údaraithe mar TCP i gcoinne braoiníní riospráide a úsáid in ionad TCP um chosaint imbhuailte san ionad oibre, mar shampla, nuair atá gá le hAghaidhsciath nó TCP cosanta aghaidhe caighdeánach ar a bhfuil marc CE do ghníomhartha oibre amhail táthú, meilt nó mar chosaint i gcoinne doirteadh ceimiceáin.

D12. Róil a Dhéileáilann le Custaiméirí

Is féidir, agus ba chóir, neart de na bearta a luaitear thuas d'oibrithe a chur i bhfeidhm freisin do ghníomhaíocht oibre a bhaineann le teagmháil go díreach le custaiméirí nó cliaint.

Ní mór d'fhostóirí na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- deireadh a chur le hidirghníomhaíocht fhisiciúil idir oibrithe agus custaiméirí a oiread agus is indéanta go réasúnta trí shocruithe oibre leasaithe, mar shampla, trí orduithe a sholáthar ar líne nó ar an nguthán, seachadadh gan teagmháil nó iontráil bhainistithe,
- díghalráin lámh a sholáthar ag pointí iontrála/fágála,
- bacainní fisiciúla agus marcanna soiléire a shuiteáil lena chinntiú go gcoinnítear teagmháil idir oibrithe agus custaiméirí chomh híseal agus is féidir agus lena chinntiú nach gcruthaítear scuainí idir custaiméirí agus iad ag fanacht ar sheirbhís,
- córas glanta a chur i bhfeidhm lena chinntiú go coinnítear pointí teagmhála d'oibrithe agus custaiméirí glan go follasach i gcónaí,
- an chomhairle maidir leis na bearta COVID-19 a thaispeáint i suíomhanna infheicthe lena chinntiú go bhfuil na custaiméirí ag cloí freisin lena bhfuil de dhíth,
- rialacháin Sláinte Poiblí a chur i bhfeidhm agus a ghlacadh i dtaca le cumhdaigh aghaidhe a úsáid i siopaí, ionaid siopadóireachta agus suíomhanna eile taobh istigh, agus
- cumhdaigh aghaidhe a sholáthar d'oibrithe nach mór dóibh idirghníomhú le custaiméirí/daoine eile nuair nach féidir le fad fisiciúil 2 mhéadar a choimeád.

D13. Tástálacha Diagnóiseacha Antaiginí (TDAanna) agus Mearthástálacha Diagnóiseacha Antaiginí (MTDAanna)

Réamhrá

Mar a luadh roimhe seo, is é an bealach is fearr le cosc a chur ar scaipeadh COVID-19 in ionad oibre nó in aon suíomh maisc/cumhdaigh a chaitheamh, scaradh fisiciúil a dhéanamh, cloí leis an sláinteachas ceart lámh, cloí le béasaíocht riospráide agus aerú a mhéadú agus vacsaín a fháil. Lorg roinnt fostóirí, i ndiaidh gur chomhaontaigha n-oibrithe leis, seiceálacha breise a chur i bhfeidhm mar bhealach lena bhfreagairt do COVID-19 a neartú agus athdhearbhú a sholáthar dá n-oibrithe agus dá gcustaiméirí. Ní éasca an cinneadh é seo

agus is gá machnamh cúramach a dhéanamh ar réimse saincheistanna ar dtús, ó pheirspictíocht theicniúil agus i dtaobh caidreamh maith san ionad oibre a chothú. Lorgaíonn an t-eolas thíos le cabhrú leis an bhfostóir, na hoibrithe agus a n-ionadaithe agus iad a chur ar an eolas, chomh maith leis an PIO, ar an réimse saincheistanna is gá a chur san áireamh sula ndéanfar aon chinneadh nó aon infheistíocht.

Tástálacha iad MTDAanna a dhéanann láithreach nó asláithreach antaiginí nó phróitéine ar leith ar dhromchla an víris a bhrath. Is í an príomhchúis go n-úsáidtear na tástálacha siúd mar áis don tSláinte Poiblí chun cásanna COVID-19 “a aimsiú”; níor cheart dóibh a úsáid chun solas “glas” a thabhairt d’ionad oibre oibriú nó do dhuine aonair iompar ar bhealach ar leith a chur ar bun. Thar aon ní eile, má tá na tástálacha siúd á n-úsáid in aon suíomh, bíodh an t-ionad oibre nó láthair eile i gceist, is gá cloí go hiomlán le comhairle Sláinte Poiblí maidir le níos lán lámh, maisc/cumhdaigh a chaitheamh, béasaíocht riospráide, scaradh fisiciúil agus aerú. D’ainneoin aon socrú áitiúla do thástáil dhiagnóiseach antaiginí atá i gceist, is bunriachtanach go ndéanann daoine aonair ar a bhfuil siomptóim teagmháil lena DG le tástáil um Imoibriú Slabhrúil Polaiméaráise (PCR) SARS-CoV-2 saor in aisce a shocrú.

Is féidir teacht ar eolas breise ar [Mhearthástálacha Diagnóiseacha Antaiginí \(MTDAanna\)](#) agus tagairtí aguisín láithreáin ghréasáin áisiúla a fháil san [Aguisín](#). Ina theannta sin, chuir an tÚdarás Sláinte agus Sábháilteachta seicliostaí le chéile d’fhostóirí agus d’fhostaithe ar MTDAanna a úsáid ([anseo](#)).

Córas Tástála MTAD a Shocrú i Suíomh Ionad Oibre

Tá roinnt pointí ann ar cheart iad a chur san áireamh maidir le MTDAanna a úsáid agus ba cheart iad seo a bhreithniú sula n-eagraítear aon chlár tástála MTAD (féach [an Aguisín](#) chun teacht ar bhreis sonraí fúthu seo). Anuas air sin, sula socrófar córas tástála MTAD i suíomh ionad oibre, caithfidh an fostóir plé agus comhaontú a dhéanamh ar a chur i bhfeidhm agus a riar lena n-oibrithe agus a n-ionadaithe. Is féidir é seo a dhéanamh mar chuid den Phlean Freagartha do COVID-19 a chur i bhfeidhm agus ba cheart go n-áireofaí leis baint an PIO/na PIOanna agus an Ionadaí Sábháilteachta/na n-ionadaithe Sábháilteachta freisin. Níor cheart an cinneadh a dhéanamh le córas tástála deonaí a thabhairt isteach, tástáil MTAD san áireamh, ach trí theagmháil a dhéanamh le agus dul i gcomhairle leis an bhfostóir, na hoibrithe agus a n-ionadaithe anuas ar an PIO.

Ba cheart d'fhostóirí an méid seo a leanas a dhéanamh freisin:

- dul i gcomhairle le hoibrithe agus a n-ionadaithe anuas ar an PIO agus an tIonadaí Sábháilteachta sula dtugtar córas tástála MTAD isteach,
- a dheimhniú cibé acu an clár tástála MTAD a réachtáiltear go himheánach nó go seachtrach is mó a oireann do do ghnólacht, bunaithe ar na hacmhainní atá ar fáil leis an gclár agus an t-ualach riaracháin a bhainistiú (e.g. sampla a bhaint le maipín, taifeadadh, tuairisciú, cumarsáid, tástáil),
- eolas táirge an déantúsóra a sheiceáil lena chinntiú go bhfuil an tástáil MTAD a roghnaíodh cuí don chlár tástála a bhfuil breithniú á dhéanamh air,
- an córas tástála MTAD is cuí a dheimhniú bunaithe ar riachtanais an ghnólachta (mar shampla, dhá uair sa tseachtain; go laethúil etc.), riachtanais na n-oibrithe agus a dheimhniú go ndéantar aon mheasúnuithe riosca a dhéantar a chríochnú,
- comhaontú ar phróiseas d'oibrithe nach mian leo páirt a ghlacadh sa tástáil MTAD,
- an plean Freagartha do COVID-19 a leasú le haon bheartas agus cur chuige lenar comhaontaíodh a chur san áireamh agus é sin a chur in iúl do na hoibrithe go léir,
- aon bheartais agus nósanna imeachta reatha eile a athbhreithniú agus a leasú, faoi mar is gá, agus i gcomhairle le hoibrithe agus a n-ionadaithe roimh ré agus é sin a chur in iúl do gach duine a luaithe a bhíonn siad i bhfeidhm,
- measúnú riosca scríofa sláinte agus sábháilteachta ceirde a dhéanamh ina gcuimsítear an ghníomhaíocht nua oibre seo agus na rioscaí ar leith a bhaineann le MTAD a úsáid san ionad oibre. Nuair a bhíonn bearta rialaithe á gcur i bhfeidhm, moltaí Sláinte Poiblí agus treoracha úsáide dhéantúsóir na tástála a chur san áireamh,
- oiliúint a chur ar an bhfoireann go léir a thugann faoin tástáil MTAD chun gur féidir leat tabhairt faoi na tástálacha go sábháilte agus i gceart agus an mhaoirseacht chuí a chur i bhfeidhm le hinniúlacht a chinntiú,
- a chinntiú go gcuirtear athoiliúint i bhfeidhm lena chinntiú go leantar le dearbhú cáilíochta agus inniúlacht a bhaint amach má dhéantar MTAD a fhéinriar,
- próiseas dearbhaithe cáilíochta a dheimhniú chun go nglacfar le tástálacha MTAD i ngrúpaí,
- nósanna imeachta cuí a chur i bhfeidhm le haghaidh díghaltrú agus diúscairt dramháiola,

- úsáid a bhaint as an tseirbhís sláinte cheirde nó as comhairle leighis eile, nuair a bhíonn sé ar fáil, chun tacú le haon chóras tástála MTAD lena gcomhaontaítear a thabhairt isteach, a chur i bhfeidhm agus le hoiliúint a chur ar fáil air,
- comhaontú a dhéanamh le prótacail shoiléire chun cásanna dearfacha a bhainistiú, teacht san áireamh ar thástáil deimhnithe um Imoibriú Slabhrúil Polaiméaráise (PCR) agus treoracha a sholáthar d'oibrithe faoin méid atá le déanamh nuair a bhaineann siad toradh tástála diúltach nó dearfach amach. A lua gur gá d'oibrithe fanacht sa bhaile má bhíonn aon chomharthaí COVID-19 orthu nó má bhraitheann siad breoite, fiú má bhain an t-oibrí toradh tástála diúltach MTAD amach,
- an t-eolas Sláinte Poiblí reatha agus atá ag teacht chun cinn maidir le MTDAanna a úsáid a chur san áireamh,
- eolas pearsanta a bhailítear i gcomhréir le riachtanais an RGCS a choimeád,
- breithniú a dhéanamh ar cé acu ar cheart nó nár cheart an córas tástála a chur i bhfeidhm i measc conraitheoirí agus cuairteoirí eile chuig an ionad oibre,
- leanúint leis an gcomhairle Sláinte Poiblí go léir a chur i bhfeidhm, go háirithe maidir le níochán lámh, scaradh fisiciúil, béasaíocht riospráide, maisc/cumhdaigh aghaidhe a chaitheamh, aerú agus oibriú as baile,
- nósanna imeachta a bhunú chun monatóireacht a dhéanamh ar ghníomhaíocht MTAD a úsáid san ionad oibre (e.g. na tástálacha a rinneadh, torthaí dearfacha, diúltacha, agus neamhbhailí tástála), agus
- beartas a fhorbairt ar conas an tátal a bhaintear as aon chlár tástála MTAD a dheimhniú.

Má bheartaíonn cuideachta úsáid a bhaint as MTDAanna féintástála amach anseo (i.e., a fad agus a bhíonn Marc CE orthu lena n-úsáid ar mhargadh an AE agus na hÉireann), beidh ar an bhfostóir breithniú a dhéanamh ar cibé acu an ndéanfaidh an t-oibrí an tástáil sa bhaile agus, má chomhaontaítear leis, cén bearta breise a d'fhéadfadh bheith ag teastáil. Mar shampla, conas ba cheart oiliúint a chur ar an oibrí agus conas aon dramhaíl bhitheolaíoch a dhiúscairt.

Is féidir teacht ar liosta MTDAanna ar a bhfuil Marc CE agus atá ar fáil ar mhargadh an AE ar leathanach baile an Ionaid Chomhpháirtigh Taighde (an ICT) (<https://covid-19-diagnostics.jrc.ec.europa.eu/>). Níl aon chóras faofa lárnach ann le haghaidh feistí leighis diagnóiseacha san AE agus, dá bharr, ní chuirtear liosta ar fáil sa bhunachar sonraí seo

d'fheistí leighis ceadaithe san Aontas Eorpach (féach [an Aguisín](#) chun teacht ar bhreis sonraí).

Ba cheart d'fhostóirí an méid seo a leanas a dhéanamh freisin:

- an fostóir a chur ar an eolas mura mian leo páirt a ghlacadh sa tástáil MTAD,
- páirt a ghlacadh, faoi mar a comhaontaíodh, in aon oiliúint a sholáthraíonn an fostóir maidir le córas tástála MTAD a thabhairt isteach agus a chur i bhfeidhm,
- fanacht sa bhaile agus teagmháil a dhéanamh lena ndochtúir teaghlaigh má bhíonn aon chomhartha nó siomptóim COVID-19 orthu nó má mhothaíonn siad tinn, fiú má bhaineann siad toradh diúltach tástála MTAD amach,
- comhoibriú lena bhfostóir chun an chomhairle Sláinte Poiblí go léir a chur i bhfeidhm, go háirithe maidir le níochán lámh, scaradh fisiciúil, béasaíocht riospráide, maisc/cumhdaigh aghaidhe a chaitheamh, aerú agus oibriú as baile, nuair a iarrtar orthu amhlaidh a dhéanamh, agus
- aon rialuithe a chur i bhfeidhm a mholann an fostóir i gcás rioscaí a bhaineann le MTAD sa bhaile a úsáid (e.g. sreabháin ghuaiseacha a dhiúscairt go sábháilte).

D14. Vacsaíniú

Réamhrá

Ó tosaíodh leis an gclár vacsaínithe a thabhairt isteach an 29 Nollaig 2020, bhí glacadh an-ard leis i measc na gcohort uile aoise den daonra. De réir mar a dhruideann céim reatha chlár vacsaínithe COVID-19 lena cur i gcrích, tá an clár ag leanúint ag díriú orthu siúd nár vacsaíníodh go fóill a vacsaíniú. Leanann an Coiste Comhairleach Imdhíonta Náisiúnta le scrúdú a dhéanamh ar fhianaise maidir le teanndáileoga vacsaíne dóibh siúd a bhfuil imdhíonacht acu atá ag dul i léig agus do ghrúpaí eile a bhfuil éifeachtacht laghdaithe vacsaíne acu.

Tá FSS freagrach as an clár vacsaínithe a thabhairt isteach agus tá eolas agus acmhainní sonracha ar fáil acu ar a [leathanaigh ghreásáin](#). Ba cheart tabhairt faoi vacsaíniú faoi stiúir lia-chleachtóra ar aon dul le treoir ábhartha FSS nó na Roinne Sláinte.

Pointí le Cur san Áireamh – Fostóirí agus Oibrithe

Gan aird ar thabhairt isteach an vacsaínithe, ba cheart go leanfadh bearta rialaithe agus coiscthe ionfhabhtuithe Sláinte Poiblí (ar nós scaradh fisiciúil, sláinteachas lámh agus riospráide, cumhdaigh aghaidhe/maisc, aerú méadaithe), agus oibriú as baile a mhéid agus is féidir le líonta laghdaithe daoine in ionaid oibre a éascú, de bheith i bhfeidhm go fóill. Ina thaobh sin, ba cheart go leanfadh fostóirí agus oibrithe ag cloí leis na riachtanais a leagtar amach sa Phrótacal um Oibriú go Sábháilte agus a chinntiú go gcoimeádtar a bplean freagartha COVID-19 agus a measúnuithe riosca san ionad oibre cothrom le dáta.

Anuas air sin, ba chóir d'fhostóirí agus d'oibrithe coimeád cothrom le dáta leis an gcomhairle Sláinte Poiblí reatha go léir ar láithreán gréasáin FSS ([FSS](#))

Cinneadh deonach é an cinneadh a dhéantar vacsaíniú in aghaidh COVID-19 a fháil agus déanfaidh oibrithe a gcinntí féin aonair ina leith seo. Ba cheart d'fhostóir an chomhairle a léamh ar láithreán gréasáin an Choimisinéara Cosanta Sonraí [Sonraí Vacsaínithe COVID-19 a phróiseáil i gcomhthéacs Fostaíochta | an Coimisinéir Cosanta Sonraí](#), mar gheall go bhféadfadh nach bhfuil eolas a phróiseáil nó a iarraidh ar stádas vacsaínithe duine aonair a bheith cuí. B'fhéidir gur mian le fostóirí a oibríonn lena n-oibrithe agus a n-ionadaithe, an PIO/na PIOanna san áireamh, comhairle agus eolas a sholáthar faoin gclár vacsaínithe chun go mbíonn an t-eolas riachtanach ag oibrithe le cinneadh eolach a dhéanamh. Mar chuid d'oibriú le chéile le cosc a chur ar scaipeadh COVID-19, is féidir le fostaithe a roghnú a bhfostóir a chur ar an eolas go saorálach ar a stádas vacsaínithe. Faoi mar a bhíonn i gceist le comhairle Sláinte Poiblí eile maidir le COVID-19 san ionad oibre, ba cheart d'fhostóirí breithniú a dhéanamh ar bhearta sonracha cumarsáide dóibh siúd nach é an Béarla a gcéad teanga.

Ceanglais faoin Reachtaíocht Sláinte agus Sábháilteachta

Ní dhéantar tagairt do vacsaíniú faoin reachtaíocht Sláinte agus Sábháilteachta Ceirde (SSC) ach i gcomhthéacs na bhfostaithe siúd atá ag oibriú le hoibreáin bhitheolaíoch (na Rialachán um Oibreáin Bhitheolaíoch). Tá an cohórt fostaithe lena mbaineann seo teoranta i leith ionaid oibre cosúil le suíomhanna cúraim sláinte agus saotharlainne. Ceanglaítear sna Rialacháin um Oibreáin Bhitheolaíoch, 2013 ar fhostóir vacsaíniú cuí a chur ar fáil nuair a

nochtar i measúnú riosca na n-oibreán bitheolaíoch riosca d'fhostaithe a chruthaíonn nochtadh ceirde d'oibriú le hoibreán bitheolaíocha (tabhair faoi deara gurb é an Rialtas a chuireann an clár cuí vacsaínithe ar fáil do COVID-19 i gcás SARs-CoV-2). Níl aon cheanglas sna rialacháin seo a cheanglaíonn ar aon oibrí glacadh le vacsaíniú a chuirtear ar tairiscint ná, go deimhin, a bhfostóir a chur ar an eolas má fuair siad vacsaíniú.

I gcás na n-ionad oibre eile go léir, is iad na príomhriachtanais a bhaineann le cosc a chur ar scaipeadh COVID-19 ina n-ionaid oibre cloí leis an bPrótacal um Oibriú go Sábháilte agus bearta CRI.

Ba cheart breithniú a dhéanamh ar vacsaíniú mar fhorlíonadh áisiúil le bearta reatha coiscthe agus rialaithe ionfhabhtuithe Sláinte Poiblí, is é sin, maisc/cumhdaigh aghaidhe a chaitheamh, aerú, scaradh fisiciúil, sláinteachas lámh, béasaíocht riospráide, úsáid cheart TCP, ach níor cheart é a chur ina n-ionad. Forlíonadh áisiúil é vacsaíniú mar gheall go bhféadfadh nach bhfuil vacsaíniú éifeachtach i measc gach duine a fhaigheann é. Is eol freisin gur féidir COVID-19 a bheith ar dhuine atá vacsaínithe go fóill ach go mbíonn tromchúise an ghalair laghdaithe.

Is féidir le duine vacsaínithe an víreas a tharchur go fóill, mar sin, ba cheart go mbeadh an bhéim leagtha ar chloí le bearta CRI arb eol go n-oibríonn siad, seachas ar stádas vacsaínithe fostaithe óna n-eascaíonn braistint bhréagach slándála nó a bhaineann de bhearta Sláinte Poiblí eile.

Chun teacht ar eolas breise ar na Rialacháin um Shábháilteacht, Sláinte agus Leas ag an Obair (Oibreán Bhitheolaíocha), 2013-2020 a chur i bhfeidhm maidir le COVID-19, féach, le do thoil, láithreán gréasáin an ÚSS [anseo](#).

Eolas Vacsaínithe in aghaidh COVID-19

Spreagtar fostóirí agus oibríthe léamh faoi vacsaín COVID-19 agus eolas a fháil ó fhoinsé fhíriciúil iontaoifa. Tá acmhainní eolais ar líne ar an vacsaín ar fáil mar seo a leanas:

- [Eolas faoin gclár vacsaínithe agus vacsaíní ar leith a úsáidtear](#)
- [Sonraí faoi conas clárú le vacsaín COVID-19 a fháil](#)

- [Straitéis Vacsaínithe COVID-19](#)
- [Eolas faoi vacsaín COVID-19 do ghairmithe sláinte](#)

4. Ról Oibrí – Suíomhanna Ionad Oibre agus Pobail

Ba cheart d'oibríthe cloí leis an gcomhairle Sláinte Poiblí mar a bhaineann sé le suíomhanna ionad oibre agus pobail.

Suíomhanna Ionad Oibre

San ionad oibre, ba cheart don oibrí cloí leis na riachtanais a leagtar amach sa Phrótocal seo agus le haon treoir ar leith ón bhfostóir. Ba cheart d'oibríthe freisin cumarsáid agus idirchaidreamh a dhéanamh leis an PIO, faoi mar is cuí.

Ba cheart dóibh glacadh le scaradh fisiciúil, a chinntiú go bhfuil aerú maith ann i suíomh ina bhfuil siad agus glacadh le cleachtais mhaithe sláinteachais, cosúil le níos lú lámh rialta agus béasaíocht riospráide chun iad féin agus a gcomhghleacaithe oibre a chosaint in aghaidh ionfhabhtú agus ba cheart dóibh comhairle leighis a lorg má bhíonn siad breoite. Má bhíonn aon chomharthaí nó siomptóim COVID-19 ar oibrí nó má bhraitheann siad breoite, níor cheart dóibh freastal ar an obair.

Suíomhanna Pobail

Lasmuigh den obair, ba cheart oibríthe a spreagadh taisteal leo féin má tá a ngluaisteáin á n-úsáid chun taisteal go dtí agus ón obair. Mura féidir seo a dhéanamh, ba cheart d'oibríthe atá ag taisteal go dtí/ón obair le chéile taisteal mar fhoireann/mheitheal agus cumhdaigh aghaidhe a úsáid agus na fuinneoga a choimeád ar oscailt agus córais aeraithe athshruthaithe a mhúchadh.

Caithfidh iad siúd atá ag taisteal ar iompar poiblí go dtí agus ón obair cumhdaigh aghaidhe a chaitheamh. Anuas air sin, ba cheart a mholadh d'oibríthe a d'fhéadfadh cóiríocht a roinnt lasmuigh den obair cloí le comhairle Sláinte Poiblí agus Rialtais.

Ba cheart d'oibríthe a sheachaint bailiú le chéile i suíomhanna lasmuigh den obair, mar shampla, bailiú i siopaí nuair a bhíonn lón á cheannach acu. Ar an gcuma chéanna, ba cheart d'oibríthe a sheachaint bailiú le chéile freisin i suíomhanna sóisialta ar leith laistigh

agus lasmuigh den áit chónaithe mar gheall gurb eol go bhfuil tarchur an-ard COVID-19 sna suíomhanna siúd (tionóil agus cóisirí tí).

Lasmuigh den obair, ba cheart d'oibrithe na bearta céanna CRI, scartha fhisiciúil, nócháin lámh agus béasaíochta riospráide a chleachtadh agus cloí leis na riachtanais ar leith faoi mar a d'fhógair an Rialtas. B'fhéidir gur mian le hoibrithe freisin aip rianaire COVID-19 FSS a íoslódáil.

Ba cheart d'oibrithe freisin iad féin a chur ar an eolas ar agus a choimeád cothrom le dáta ar an eolas maidir leis an gClár Vacsaínithe Náisiúnta a thabhairt isteach.

Má táthar ag taisteal ar chúiseanna pearsanta, cloígh leis an gcomhairle taistil agus Sláinte Poiblí i gcás cinn scríbe intíre, AE agus idirnáisiúnta ag Gov.ie (féach na láithreáin ghréasáin ar [thaisteal go hÉirinn](#); [ag taisteal thar lear](#)).

5. Bearta agus Moltaí Sláinte agus Sábháilteachta Ceirde

Leanfaidh na forálacha reatha sláinte agus sábháilteachta ceirde a bheith i bhfeidhm i measc na n-ionad oibre go léir agus tá eolas agus comhairle bhreise ar fáil ar [láithreán gréasáin an ÚSS](#), eolas breise ar shláinte agus sábháilteacht cheirde san áireamh ar [leathanaigh ghréasáin COVID-19](#).

Nuair is gá athrú a dhéanamh ar ghníomhaíochtaí oibre na mbeart CRI a cuireadh i bhfeidhm, tá ar an bhfostóir athbhreithniú agus nuashonrú a dhéanamh ar a measúnuithe riosca i dtaca lena sláinte agus sábháilteacht cheirde agus a ráiteas sábháilteachta,

Mar gheall go gcuireann fostóirí na bearta thuas i bhfeidhm san ionad oibre chun an riosca go nochtfar oibríthe do COVID-19 a laghdú, d'fhéadfadh bearta ar leith sláinte agus sábháilteachta ceirde a bheith le breithniú agus le cur i bhfeidhm freisin.

Ba cheart d'fhostóirí an chomhairle agus an treoir Sláinte Poiblí is cothroime le dáta a chur san áireamh a d'eisigh an an Roinn Sláinte agus an IFCS maidir le conas an riosca sláinte a mhaolú, bearta san áireamh a mholann an Roinn Gnóthaí Eachtracha agus Trádála do thaisteal a bhaineann leis an obair.

Nuair a shainithnítear riosca i leith nochtadh ceirde do COVID-19, mar thoradh ar oibriú le víreas SARS-CoV-2, ba cheart measúnú riosca ar oibreáin bhitheolaíocha sláinte agus sábháilteachta ceirde (MROB) a dhéanamh freisin. Mar shampla, bheadh MROB ag teastáil d'fhostaithe atá ag oibriú go díreach le hothair/úsáideoirí seirbhíse galracha, saotharlanna agus saoráidí tástála a dhéanann an víreas a láimhseáil agus le cuideachtaí dramhaíola a dhéanann dramhaíl atá éilithe le SARs-CoV-2 etc. a láimhseáil.

Ba cheart na bearta Sláinte Poiblí agus sláinte agus sábháilteachta ceirde go léir a fhorbairt i gcomhairle le hoibríthe agus/nó Ceardchumann agus iad a chur in iúl, i ndeireadh na dála, d'oibríthe agus daoine eile ag an ionad oibre.

Ba cheart d'fhostóirí, ina theannta sin, cumarsáid a dhéanamh le hionadaithe sábháilteachta a roghnófar nó a cheapfar faoin reachtaíocht i dtaca le sláinte agus sábháilteacht cheirde agus dul i gcomhairle le hoibrithe maidir le bearta sábháilteachta atá le cur i bhfeidhm san ionad oibre. Chun tuilleadh eolais a fháil faoi ról [an Ionadaí Sábháilteachta](#), tabhair cuairt ar shuíomh gréasáin an ÚSS.

Féadfaidh an fhostóir freisin leas a bhaint as duine inniúil atá freagrach as sláinte agus sábháilteacht a bhainistiú (go himmheánach nó go seachtrach) mar is gá lena chinntiú go gcuirfeadh i bhfeidhm go héifeachtach athruithe ar ghníomhaíochtaí oibre agus bearta i dtaca le Cosc agus Rialú Ionfhabhtuithe san ionad oibre.

A. Riachtanais Tuairiscithe má thagann COVID-19 ar oibrí

Tá COVID-19 intuairiscithe faoi na [Rialacháin um Ghalair Aicídeacha \(Leasú\), 2020](#) trí liachleachtóir a gcuirtear ar an eolas iad ar chás den ghalar sin nó a mbíonn amhras orthu faoi chás den ghalar sin. Ba cheart an tuairisc sin a sheoladh chuig [an Oifigeach Leighis Sláinte/an Stiúrthóir Sláinte Poiblí ag an Roinn Sláinte Poiblí áitiúil](#).

Tá ar fhostóir an ÚSS a chur ar an eolas má thagann COVID-19 ar oibrí faoi na Rialacháin um Oibreáin Bhitheolaíoch (I.R. Uimh. 572 de 2013), faoi chúinsí áirithe. Nuair a shainnítear riosca i leith nochtadh ceirde do COVID-19, mar thoradh ar oibriú le víreas SARS-CoV-2, ba cheart measúnú riosca ar oibreáin bhitheolaíoch sláinte agus sábháilteachta ceirde (MROB) a dhéanamh freisin. Is gnách nach dteastaíonn MROB ach d'fhostaithe atá ag oibriú go díreach le hothair/úsáideoirí seirbhíse galracha, saotharlanna agus saoráidí tástála a dhéanann an víreas a láimhseáil agus le cuideachtaí dramhaíola a dhéanann dramhaíl atá éilithe le SARS-CoV-2 etc. a láimhseáil. Tá eolas breise ar an riachtanas tuairiscithe seo ar fáil [anseo](#).

Nuashonraíodh na Rialacháin um Oibreáin Bhitheolaíoch Rialacháin (I.R. Uimh. 572 de 2013) agus an Cód Cleachtais lena mbaineann chun an víreas SARS-CoV-2 a chur san áireamh mar oibreán bitheolaíoch ghrúpa riosca III in Iarscríbhinn III den Treoir (Treoir

2000/54/CE ón gCoimisiún). Leagtar síos sna Rialacháin seo agus sa Chód Cleachtais lena mbaineann na riachtanais íosta chun oibrithe a chosaint ó rioscaí a bhaineann le nochtadh d'oibreáin bhitheolaíocha ag an obair. Tá eolas breise ar na rialacháin seo, anuas ar leagan den Chód Cleachtais gaolmhar ar féidir é a íoslódáil, ar fáil [anseo](#).

B. Garchabhair

Sa chás go dteastaíonn garchabhair san ionad oibre, b'fhéidir nach bhféadfaí fad 2 mhéadar a choimeád amach ó dhaoine eile. Ba cheart oiliúint nuashonraithe a sholáthar d'oibrithe a bhfuil ról sonrath acu i dtaobh gníomhú mar chéad fhreagróirí ar phrionsabail choiscithe agus rialaithe ionfhabhtuithe, tabhairt faoi shláinteachas lámh agus úsáid chuí a bhaint as trealamh cosanta pearsanta san áireamh nuair a bhíonn garchabhair á soláthar.

Tá comhairle bhreise ar gharchabhair ar fáil ón gComhairle um Chúram Éigeandála Réamhospidéal (an CCÉRO), a sholáthair comhairle maidir le fillleadh ar an obair agus an gharchabhair ([Nuashonrú ar Athdheimhniúchán Freagróir FGC](#)).

Tá comhairle ar fáil freisin ar [láithreán gréasáin an ÚSS](#).

C. Meabhairshláinte agus Folláine

- Ba cheart d'fhostóirí tacaíocht a chur i bhfeidhm d'oibrithe a d'fhéadfadh bheith thíos le himní nó strus. D'fhéadfadh oibrithe a bheith le heachtraí trámacha nuair a fhilleann siad ar an obair, cosúil le breoiteacht thromchúiseach nó bás gaoil nó carad leo, nó d'fhéadfaidís a bheith thíos le deacrachtaí airgeadais nó le fadhbanna lena gcaidreamh pearsanta,
- Ina theannta sin, is dóchúil go mbeidh buarthaí ar oibrithe atá ag fillleadh ar an ionad oibre i ndiaidh tréimhse aonraithe nó atá ag oibriú as baile faoin riosca ionfhabhtaithe nó faoi athruithe ar a bpost mar gheall ar bhearta a chur i bhfeidhm chun cosc a chur ar scaipeadh COVID-19. Ba cheart d'fhostóirí eolas a sholáthar d'oibrithe faoi fhoinsí tacaíochta agus comhairle atá ar fáil go poiblí agus eolas faoi na bearta coiscithe agus srianta ar tugadh fúthu san ionad oibre leis an riosca ionfhabhtaithe a laghdú,
- Ba cheart d'fhostóirí a chinntiú go gcuirtear oibrithe ar an eolas ar agus go mbíonn teacht acu ar aon ghnó a chuireann Cláir Chúnamh d'Fhostaithe nó seirbhís Sláinte Ceirde ar fáil,
- Cuireann an ÚSS réimse tacaíochtaí, acmhainní agus comhairle ar fáil, ar nós an mhéid seo a leanas:

- [déileáil le strus mar thoradh ar na hathruithe ar shaol pearsanta agus/nó saol oibre oibrí i rith COVID-19](#), agus
- uirlis mheasúnaithe riosca saor in aisce ar líne chun dul i ngleic le strus a bhaineann leis an obair: [WorkPositive](#).
- Cuireann Feachtas an Rialtais “[Táimid go léir sa Bhád Céanna \(“In This Together”\)](#)” eolas ar fáil freisin faoi aire a thabhairt don mheabhairshláinte anuas ar leideanna ar leanúint de bheith gníomhach agus ceangailte agus d’fhéadfadh sé a bheith áisiúil lena úsáid ag fostóirí agus oibrithe.

D. Téamh, Aerú agus agus Aerchóiriú (TAA)

Tá na sonraí a chuirtear ar fáil sa mhír seo ginearálta ó thaobh cineáil agus baineann siad go príomha le suíomhanna nach suíomhanna cúraim sláinte iad.

Is dóchúla go scaiptear an víreas nuair a dhéanann daoine galracha teagmháil dhlúth lena chéile, mar sin, is airde an baol go dtiocfaidh COVID-19 ar dhaoine i spásanna plódaithe agus ina bhfuil drochaerú ina gcaitheamh daoine galracha tréimhsí fada ama le chéile i ngar dá chéile. Is tábhachtach aerú a uasmhéadú i limistéir ina ndéanann teagmháil dhlúth lena chéile. Bíonn seo i gceist cibé acu más ionad oibre, áit chónaithe nó suíomh eile sa phobal atá i gceist. Cé go dtitfidh braoiníní móra ina bhfuil an víreas anuas ar na dromchlaí máguaird laistigh de cúpla soicind, is féidir le cáithníní níos lú bheith thuas san aer ar feadh tréimhse níos faide. Is féidir leis an aer a chaolú taobh istigh trí fhuinneoga agus doirse a oscailt nó trí chórais aeraithe mheicniúil a úsáid an dlús aeriompartha a ísliú agus na cáithníní níos lú seo a bhaint ón aer.

Níor cheart go mbeadh córais nua aeraithe ag teastáil nuair a bheidh ionaid oibre á n-áitiú arís, i bhformhór na gcásanna, ach cabhróidh feabhas a chur ar aerú leis an méid aer glan a mhéadú agus an baol a laghdú go nochtfar daoine do dhlús aeriompartha an víris.

Tagraíonn aerú d’aer taobh amuigh a ghluaiseacht isteach i bhfoirgneamh, agus an t-aer sin a scaipeadh laistigh den fhoirgneamh nó den seomra agus aer stálaithe a bhaint ag an am céanna chun feabhas a chur ar cháilíocht an aeir. Is féidir seo a bhaint amach ar bhealach nádúrtha (e.g. fuinneog a oscailt) nó ar bhealach meicniúil, e.g. córais TAA. Cé go

laghdaíonn aerú an méid den víreas atá san aer agus an riosca aerasóil, imreoidh sé tionchar íosta ar tharchur braoiníní nuair a bhíonn daoine laistigh de 2 mhéadar óna chéile, nó ar tharchur teagmhála (lámh a leagan ar dhromchlaí), agus sin an fáth nach beart aonair é agus go bhfuil cloí leanúnach le comhairle Sláinte Poiblí eile go hiomlán bunriachtanach.

Níor cheart caitheamh le haerú, ar an ábhar sin, mar rud a chuirtear in ionad na mbearta eile coiscthe agus rialaithe ionfhabhtuithe a mholtar, cosúil le lámha a ní, dromchlaí a ghlanadh, béasaíocht riospráide, scaradh fisiciúil, maisc/cumhdaigh aghaidhe a chaitheamh agus vacsaíniú. Anuas air sin, baineann ríthábhacht freisin leis an riachtanas leanúnach go bhfanann oibrithe sa bhaile má bhíonn aon siomptóim COVID-19 orthu nó má bhraitheann siad breoite. Is féidir le fostóirí a lorg an baol tarchuir a laghdú trí theorainn a chur ar an líon oibrithe in aon limistéar amháin agus aird ar leith a thabhairt ar ghníomhaíochtaí oibre a mhéadaíonn análú níos doimhne (canadh, stró fisiciúil agus béicíl san áireamh). Ba cheart leanúint ag cloí leis na bearta uile eile coiscthe agus srianta agus iad a chur i bhfeidhm.

Is é an bunphrionsabal chun feabhas a chur ar aerú ná tarchur a íoslaghdú, chun gur cheart go ndéantar an leibhéal d'aer "úr" lasmuigh a fheabhsú, agus an leibhéal d'aer athshruthaithe a laghdú, dá bharr, atá sa spás oibre, murach go ndéantar scagairí cáithníní ardéifeachtúla (HEPA) a shuiteáil sa chóras aeraithe.

Ceanglais Rialála san Ionad Oibre

Ceanglaítear sna Rialacháin um Shábháilteacht, Sláinte agus Leas ag an Obair (Feidhm Ghinearálta), 2007 ar fhostóirí a chinntiú go bhfuil soláthar leordhóthanach d'aer úr (aerú) ann i limistéir iata an ionaid oibre. Is féidir é seo a dhéanamh ar na bealaí seo a leanas:

- aerú nádúrtha, a bhraitheann ar shreabhadh éighníomhach aeir trí fhuinneoga, doirse agus gaothairí aeir ar féidir leo a bheith oscailte go hiomlán nó go páirteach. Seo an bealach is simplí le cáilíocht leordhóthanach an aeir a chinntiú i limistéir ina bhfuil drochaerú,
- aerú meicniúil trí úsáid a bhaint as gaothráin agus duchtanna, gaothráin fuinneoige san áireamh le haer úr a thabhairt isteach ón taobh amuigh, nó
- meascán d'aerú nádúrtha agus meicniúil, mar shampla, nuair a bhraitheann aerú meicniúil ar aerú nádúrtha le haer úr a uasmhéadú.

Ba cheart go ndéanfaí breithniú ar cheanglais rialála nuair a bhíonn aon athruithe pleanáilte á ndéanamh ar aerú, faoi rialacháin tógála, bhia agus/nó sláinte agus sábháilteachta anuas ar iarmhairtí eile cosúil le costas, úsáid fuinnimh, torann agus slándáil.

Measúnú a dhéanamh ar Aerú san Ionad Oibre

Ba cheart breithniú a dhéanamh ar aerú suíomhanna ionad oibre iata a dheimhniú mar chuid de mheasúnú riosca an ionaid oibre. Is é a dtugann an measúnú riosca tús áite dó ná limistéir den ionad oibre a shainnithint ar gnách go mbíonn daoine iontu agus nach bhfuil aerú maith iontu. Is iad na limistéir freisin ar cheart tús áite a thabhairt dóibh lena bhfeabhsú chun an baol go ndéanfar an víreas a tharchur i bhfoirm aerasóil a laghdú. D'fhéadfadh na limistéir seo a leanas a bheith i gceist le limistéar ina bhfuil drochaerú:

- Limistéir ina n-oibríonn daoine agus nach bhfuil aon aerú meicniúil ná aerú nádúrtha, cosúil le fuinneoga ar oscailt, doirse nó gaothairí etc.,
- Limistéir ina n-úsáidtear aerú meicniúil má dhéanann an córas aer a athshruthú agus mura bhfuil aon soláthair taobh amuigh i bhfeidhm dó, agus
- Limistéir atá plúchta nó ina bhfuil drochbholadh.

Déantar moltaí éagsúla don mhéid a d'fhéadfadh bheith i gceist leis na hathruithe cuí aeir san uair (ACH) i gcás suíomhanna éagsúla taobh istigh. Ba cheart go mbeadh sé ina chuspóir foriomlán, áfach, an t-aerú a mhéadú sa spás oibre trí fheabhas a chur, leis sin, ar an aerú reatha gan tionchar a imirt ar chompond oibrithe/áititheoirí.

Measúnú Riosca

Ba cheart breithniú a dhéanamh ar an méid seo a leanas nuair a bhíonn measúnú riosca san ionad oibre á fhorbairt:

- *Conas a chuireann tú aerú (aer úr) ar fáil faoi láthair i d'ionad oibre? Cuirtear an chuid is mó den aerú ar fáil ar bhealach nádúrtha nó meicniúil nó trí mheascán den dá rud seo,*
- *Cé mhéid oibrí a áitíonn nó a úsáideann an limistéar/na limistéir? Dá mhéid daoine a úsáideann nó a áitíonn an limistéar, is mó an baol go bhfuil duine galrach ann, agus méadaíonn seo an nochtadh féideartha do tharchur aerasóil. Tá sé thar a bheith tábhachtach go gcinntítear go bhfanann oibríthe a bhfuil siomptóim COVID-19 orthu nó a bhraitheann breoite sa bhaile. Anuas air sin, is féidir an baol seo a laghdú freisin tríd an líon daoine a úsáideann nó a áitíonn an limistéar a laghdú,*
- *Cé mhéid ama a chaitheann oibríthe sa limistéar/sna limistéir? Dá fhaide a chaitheann oibríthe i limistéar, is mó an baol. Is féidir an riosca seo a íoslaghdú trí leibhéal ísle áitíochta a bheith in ionaid oibre chun go seachnaítear plódú,*
- *Cén gníomhaíochtaí oibre a thiteann amach sa limistéar/sna limistéir? D'fhéadfadh gníomhaíochtaí a mbíonn ort análú níos doimhne nuair a thugtar fúthu, mar shampla, stró fisiciúil nó béicil, giniúint aerasól a mhéadú agus an baol tarchuir a mhéadú,*
- *Cé chomh mór atá an limistéar/na limistéir? Dá mhéid an limistéar, is ísle an baol mar gheall go ndéanfar braoiníní an víris a chaolú agus is lú is dóchúla go rachaidh siad i dtreise,*
- *An bhfuil aon ghnéithe san ionad oibre a d'fhéadfadh difear a dhéanamh d'aerú? Mar shampla, an bhfuil innealra mór á úsáid a d'fhéadfadh tionchar a imirt ar thras-sreabhadh aeir aeraithe?*
- *An úsáideann tú fuinneoga oscailte?*
 - Rogha mhaith é trasaerú d'aerú fuineog mar gheall go n-éascaíonn sé aer seomra a mhalartú go tapa le haer úr trí fhuinneoga atá ar oscailt go leathan agus atá trasna óna chéile, sa chás gur féidir,
 - D'fhéadfadh doirse inmheánacha a choimeád ar oscailt gluaiseacht aeir agus an ráta aeraithe a mhéadú,
 - Níor cheart doirse dóiteáin a choimeád ar oscailt mura bhfuil dúntóirí uathoibríocha faofa feistithe orthu chun go bhfeidhmíonn siad mar dhoirse dóiteáin i gcás aláirim nó dóiteáin, agus
 - Déanann aer a ligean isteach i seomraí a mhinice agus is féidir aerú a fheabhsú. Oscail na doirse agus na fuinneoga go léir go hiomlán chun an t-

aerú i seomra a uasmhéadú. Is fearr seo a dhéanamh nuair nach bhfuil aon duine sa seomra nó sa limistéar.

- *An úsáideann tú gaothráin deisce nó síleála? Níor cheart gaothráin deisce nó síleála a úsáid i limistéir ina bhfuil drochaerú* mar gheall go bhféadfadh nach ndéanann siad ach braoiníní an víris a athshruthú, seachas iad a bhaint ón limistéar. Níor cheart gaothráin a úsáid ach i limistéir nach bhfuil ach duine amháin iontu,
- *An bhfuil Aerú Sceite Áitiúil (LEV) san ionad oibre?* Nuair atá Aerú Sceite Áitiúil in ionaid oibre, b'fhearr go gcuirfí an t-aer comhdhéanta ar fáil ón aer lasmuigh, seachas ó sheomraí atá in aice. Acmhainn áisiúil le haghaidh comhairle agus treorach í an treoir maidir le LEV ón Údarás Sláinte agus Sábháilteachta agus tá sé ar fáil [anseo](#), agus
- *An bhfuil córais aeraithe iolracha nó chasta i bhfeidhm san ionad oibre?* Mar shampla, córais éagsúla ar urláir nó i limistéir éagsúla. Sna cásanna siúd, is féidir le [Treoir maidir le hAerú ón CIBSE](#) eolas breise a sholáthar. Anuas air sin, b'fhéidir go mbeidh sé riachtanach seirbhísí innealtóir aeraithe a choimeád chun sainchomhairle a sholáthar ar cén mionathruithe is gá a dhéanamh ar an gcóras meicniúil le haon rioscaí féideartha tarchuir a laghdú. Sula dtabharfar faoi innealtóir seirbhíse a úsáid, ba cheart breithniú a dhéanamh ar dtús ar gach toisc mhaolaithe eile cosúil le háitíocht a laghdú etc.

Ba cheart don fhostóir breithniú a dhéanamh freisin ar chórais aeraithe i bhfeithiclí a úsáideann oibrithe a d'fhéadfadh taisteal don obair. Anuas ar an gcomhairle i [Mír 3](#) thuas maidir le húsáid feithiclí, ba cheart don fhostóir a mholadh go ndéantar fuinneoga i bhfeithiclí oibre a choimeád ar oscailt agus nach socraítear córais aeraithe go ndéanfaidh siad aer a athshruthú. Cuireann dhá fhuinneog a oscailt trasna óna chéile go páirteach i gcarranna feabhas mór ar aerú.

A luaithe a bhíonn an measúnú riosca déanta, ba cheart don fhostóir an maolú agus na bearta srianta a chur in iúl do na hoibrithe chun gurb eol dóibh conas cosc a chur ar COVID-19 a scaipeadh san ionad oibre.

Comhairle Ghinearálta maidir le hAerú Meicniúil

Cé gur féidir córais TAA a úsáid dálaí compordacha timpeallachta (teocht agus bogthaise) agus aer glan a sholáthar i suíomhanna laistigh, cosúil le foirgnimh agus feithiclí, is tábhachtach córais aeraithe a sheiceáil lena chinntiú go bhfuil soláthar leordhóthanach d'aer úr ann (ó fhoirse ghlan) agus go seachnaítear aer neamhchóirithe a athshruthú. Níl aon ghá le haerchóiriú a mhúchadh le baol COVID-19 a bhainistiú.

Moltar labhairt le hinnealtóir an fhoirgnimh nó le déantúsóir an chórais sula gcuirtear aon chinn de na hathruithe nó de na moltaí thíos a bhaineann le haerú meicniúil i bhfeidhm.

- Déan socruithe an chórais athshruthaithe aeir a dhíchumasú, sa chás gur féidir,
- Coimeád aerú ar siúl an t-am go léir gan aird ar an méid daoine atá san fhoirgneamh, fiú má bhíonn sé ar siúl ar socrú íseal nuair nach bhfuil aon duine san fhoirgneamh. Cinntigh go múchtar socruithe aeraithe faoi stiúir éilimh a mhúchadh, nuair is gá,
- Úsáid na scagairí cearta de réir shonraíochtaí an déantúsóra,
- Cinntigh go ndéantar cothabháil rialta ar chórais TAA,
- Cinntigh go bhfuil oiliúint curtha orthu siúd atá freagrach as an gcothabháil agus an seirbhísiú agus go bhfuil siad inniúil,
- Seachain gaothráin atá feistithe den tsíleáil, gaothráin deisce agus iniompartha a úsáid, sa chás gur féidir, mar gheall go bhféadfadh nach ndéanfaidís ach braoiníní an víris a athshruthú, seachas iad a bhaint,
- Cuir síneadh le huaireanta ainmniúla oibríochtaí TAA, go háirithe sula ndéantar an foirgneamh a áitiú,
- Seachain sreabhadh aeir a dhíriú go díreach ar dhaoine aonair nó trasna grúpaí daoine aonair mar gheall go bhféadfadh seo tarchur a éascú,
- Cinntigh go mbíonn gaothráin i seomraí folctha ag feidhmiú agus ar siúl nuair a bhíonn siad á n-úsáid. Cinntigh nach bhfuil aer á athshruthú ag na gaothráin siúd go dtí limistéir eile den ionad oibre ina bhfuil drochaerú, áit a bhfuil oibríthe nochta, agus
- Cinntigh nach n-imríonn aon athruithe ar chórais aeraithe a tugadh isteach tionchair dhiúltacha ar leibhéal chompoird oibrí nó nach mbíonn teip ar rialacháin sláinte agus sábháilteachta ceirde nó foirgníochta a chomhlíonadh mar thoradh orthu.

Monatóirí Dé-Osaíd Charbóin (CO₂) a úsáid mar Athróg le Limistéir ina bhfuil Drochaerú a Shainaithint

D'fhéadfaí cabhrú lena dheimhniú an bhfuil drochaerú i limistéar ina n-oibríonn daoine freisin trí leibhéal CO₂ a sheiceáil. Mar shampla, nuair nach bhfuil aon aerú meicniúil nó aerú nádúrtha i bhfeidhm nó i gcás limistéar atá plúchta nó ina bhfuil drochbholadh. Cé go bhféadfadh leibhéal CO₂ leibhéal a sheiceáil a bheith áisiúil i roinnt suíomhanna teoranta, níl siad chomh héifeachtach céanna i limistéir oibre a úsáideann beagán daoine nó i spásanna oibre móra. Ní mholtar tomhais CO₂ a úsáid mar tháscaire i leith aerú foirgnimh nuair a bhíonn foinsí CO₂ ann seachas daoine, cosúil le breosla a dhó (dóiteáin agus soirn) agus ní mholtar cócaireacht freisin.

Ní athróg mhaith iad leibhéal CO₂ a sheiceáil i dtaobh baol tarchuir i spásanna ina bhfuil glanadh breise á dhéanamh ar an aer (e.g., scagachán HEPA) mar gheall go mbaineann iad seo an víreas ach ní bhaineann siad CO₂ a dhéantar a easanálú. Teastaíonn taighde breise lena dheimhniú conas is féidir le leibhéal fhoriomlána CO₂ táscaire níos iontaofa a sholáthar lena thaispeáint go bhfuil aerú leordhóthanach le rioscaí tarchuir a mhaolú.

Cloígh le comhairle agus treoracha dhéantúsóir an bhraiteora i gcónaí maidir le haire a thabhairt do agus úsáid a bhaint as an mbraiteoir ag gach tráth agus cinntigh go bhfuil oiliúint leordhóthanach i bhfeidhm ar a n-úsáid agus a gcothabháil.

Is ionann dlús CO₂ taobh amuigh agus thart ar 400-480 cuid sa mhilliún (CSM). Is dóchúil go dtabharfaidh dlús CO₂ os cionn 1400-1500 CSM le fios go bhfuil drochaerú ann. Má thugtar faoi deara gur tháinig méadú ar dhlús CO₂ i dtreo luachanna táscacha an drochaeraithe, moltar ansin go dtabharfaí faoi bheara maolaithe chun aerú a mhéadú nó áitíocht a choigeartú.

Ba cheart go mbeadh marc CE ar mhonatóirí CO₂ agus go mbeidís bunaithe ar theicneolaíocht infridhearg neamhspréite (NDIR) agus go mbíonn raon tomhais ar a laghad 2,000 CSM acu. Bíonn taispeáint 'solas tráchta' ar roinnt braiteoirí agus is áis amhairc áisiúil é seo. Ná roghnaigh braiteoirí a dhéanann "coibhéis" CO₂ a thomhas nó a dhéanann CO₂ a thomhas go hindíreach.

Níor cheart monatóirí CO2 a úsáid riamh mar bhealach chun cloí le bearta coiscthe agus rialaithe COVID-19 a mholann Sláinte Phoiblí a sheachaint.

Trealamh agus Córais Eile

D'fhéadfadh sé a bheith tairbhiúil an t-aer áitiúil a ghlanadh chun rioscaí a laghdú i roinnt spásanna, go háirithe nuair nach féidir aerú a mhéadú trí úsáid a bhaint as bealach meicniúil faoi mar a leagtar amach thuas.

Is iad na saghsanna is oiriúnaí le húsáid iad siúd ag a bhfuil scagaire ardéifeachtúlachta cáithníní (scagaire HEPA). Is gnách gur saoire iad córais scagacháin HEPA, gur fusa iad a chothabháil, go dteastaíonn oiliúint íosta le hiad a oibriú i gceart agus nach gcruthaíonn siad buarthaí sláinte tánaisteacha. Is mó a oireann córais scagacháin HEPA ina bhfuil córais scagacháin ultraivialait nó córais eile radaíochta ianúcháin d'fhearais agus do shocruithe níos speisialaithe agus teastaíonn comhairle uathu ó phearsanra cáilithe sula ndéantar iad a shuiteáil.

Is gnách gur gléasanna aonair iad na gléasanna seo agus gur féidir iad a chur chun feidhme i spás ar bith nó a shuiteáil ar bhealach atá cosúil le haonad aerchóirithe áitiúil. Cé gur féidir leis na gléasanna seo an sreabhadh aeir a mhéadú, braithfidh a n-éifeachtacht ar mhéid an tseomra/an limistéir agus ar an ráta sreabhaidh tríd an ngléas. Ar an ábhar sin, is tábhachtach, má táthar ag machnamh air seo mar rogha, ba cheart go mbaineann an gléas sonraíocht oiriúnach amach maidir leis an limistéar ábhartha.

Ba cheart iad a thabhairt isteach agus a úsáid san ionad oibre mar chuid de mheasúnú foriomlán ar na córais aeraithe reatha atá i bhfeidhm lena thaispeáint go bhfuil a n-úsáid riachtanach. Bíonn míbhuntáistí i gceist freisin leis na gléasanna seo a úsáid – is dóchúil go mbeidh astaíochtaí torainn ann agus caithfear measúnú riosca a dhéanamh ar na tionchair seo sula mbaintear úsáid astu. Anuas air sin, caithfear oiliúint cheart a chur ar oibreoirí le hiad a úsáid agus a chothabháil i gceart.

D'fhéadfadh gléasanna eile, cosúil le gléasanna ginte ózóin agus gléasanna díghalraithe aeir guaiseacha breise a chruthú a bhaineann le ceimiceáin san ionad oibre agus ba cheart

go mbeadh údar iomlán lena n-úsáid trí mheasúnú riosca cuí. Ní mholtar na gléasanna seo a úsáid i spásanna ina bhfuil daoine.

Faoi mar a bhíonn i gceist le monatóirí CO₂, tá úsáid na gcóras siúd forlíontach ó thaobh cineáil agus níor cheart a mheas gur féidir iad a chur in ionad comhairle Sláinte Poiblí ná aerú. Ní leor glantóir aeir áitiúil, leis féin, le daoine a chosaint ó COVID-19. Is iad bealach CRI an príomhbhealach go fóill is féidir scaipeadh COVID-19 a chosc.

Treoir agus Eolas

Tá eolas breise ar aerú ar fáil ag:

- [An IFCS](#) – Treoir maidir le suíomhanna neamhchúraim sláinte
- [An EDS](#) - Treochlár aerú maith a fheabhsú agus a chinntiú i gcomhthéacs COVID-19 i measc suíomhanna cúraim sláinte, neamhchúraim sláinte agus cónaithe. Cuirtear sreabhchairteacha ar fáil chun cabhrú le cinnteoireacht faoi aerú.
- [An LGCR](#)
- [Na Rialacháin um Shábháilteacht, Sláinte agus Leas ag an Obair \(Feidhm Ghinearálta\), 2007 \(I.R. Uimh. 299 de 2007\)](#)
- [An Ghníomhaireacht Fheidearálach Comhshaoil, an Coimisiún um Shláinteachas Aeir Taobh Istigh \(IRK\)](#)
- [Treoir maidir le hAerú ón CIBSE](#)
- [Grúpa Sage an RA](#)– treoir ar ról an aeraithe chun tarchur SARS-CoV-2 a rialú.

E. Legionella

I gcás roinnt áiteanna oibre amhail óstáin, áiseanna fóillíochta, oifigí, clinicí fioclóireachta agus gruagairí, ní mór don fhostóir bearta rialaithe a chur ar bun chun an chontúirt a chruthaíonn galar na Léigiúnach a sheachaint. De réir mar a athosclófar foirgnimh agus áiteanna oibre, tá ar fhostóirí breithniú a dhéanamh ar cibé acu an ndearna siad nó nach ndearna siad rialú leordhóthanach ar an mbaol a chruthaíonn Legionella. Caithfear plean cuí a chur i bhfeidhm le hathoscailt an fhoirgnimh a chumasú. Tá comhairle bhreise ar [chosc a chur ar ghalar na Léigiúnach](#) ar fáil ón ÚSS.

6. Comhairle d'Fhostóirí agus d'Oibrithe

- Is féidir teagmháil a dhéanamh le **hAonad Teagmhála an Údaráis Sláinte agus Sábháilteachta** trí na sonraí seo a leanas a úsáid:
 - **Guthán:** 1890 289 389 agus **Ríomhphost** - wcu@hsa.ie
 - Tá [foirm ghearáin](#) ar líne ar fáil freisin agus ba cheart é seo a úsáid sa chás gur féidir.
- **Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte, HSElive.**
 - **Guthán:** 1850 241850
- **Ionad Glaonna Tacaíochta Gnó COVID-19 [na Roinne Fiontar, Trádála agus Fostaíochta](#)** - chun teacht ar eolas ar na tacaíochtaí Rialtais atá ar fáil do ghnólachtaí ar imir COVID-19 tionchar orthu.
 - **Guthán:** 01 631 2002 389 agus **Ríomhphost:** infobusinesssupport@enterprise.gov.ie
- **An Coimisiún um Chaidreamh san Áit Oibre ([an CCÁO](#)) - Seirbhís Faisnéise agus do Chustaiméirí:**
 - **Guthán:** 059 9178 990
- **An tÚdarás um Chaighdeáin Náisiúnta na hÉireann ([an ÚCNÉ](#))**
 - **Guthán:** 01 807 3800 agus **Ríomhphost:** COVID-19-support@nsai.ie

7. Eolas ar Shláinte Phoiblí Sláinte agus ar Shláinte agus Sábháilteacht Cheirde

- An tÚdarás Sláinte agus Sábháilteachta ([an ÚSS](#))
- Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte ([FSS](#))
- An tIonad Faireachais um Chosaint Sláinte ([an IFCS](#))
- An Coimisiún Eorpach: [COVID-19: Filleadh ar an ionad oibre - Ionaid oibre a oiriúnú agus oibríthe a chosaint](#)
- An Ghníomhaireacht Eorpach um Shábháilteacht agus Sláinte ag an Obair (OSHA an AE): [COVID-19: fillleadh ar an ionad oibre faoi dhálaí sábháilte agus sláintiúla](#)
- An Eagraíocht Dhomhanda Sláinte (an EDS): [An Coróinvíreas](#)
- An Eagraíocht Dhomhanda Sláinte (an EDS) an treoir [D'Ionad Oibre a Ullmhú](#)
- An Lárionad Eorpach um Ghalair a Chosc agus a Rialú (an LEGCR): [Paindéim COVID-19](#)
- An Eagraíocht Idirnáisiúnta Saothair (an EIS): [In aghaidh paindéime: Sábháilteacht aghaidh Sláinte ag an Obair a Chinntiú](#)
- Lárionad Sláinte agus Sábháilteachta Ceirde Cheanada: [COVID-19 a Rialú san Ionad Oibre](#)

8. Eolas ar Leanúnachas agus Tacaíochtaí Gnó

- Is féidir eolas maidir le raon leathan de thacaí ón Rialtais do ghnólachtaí a ndeachaigh COVID-19 i gcion orthu ar fáil ar Gov.ie. [Áirítear leis seo eolas faoi thacaíochtaí airgeadais, tacaíochtaí a bhaineann le hearnálacha ar leith, agus oiliúint.](#)
- Tá Treoracha Leanúnachais Gnó agus acmhainní ar fáil ón ÚCNÉ. Féach [Treoracha Gnó agus Acmhainní Teicniúla an ÚCNÉ.](#)
- Is féidir príomhthacaí agus acmhainní atá ar fáil chun cuidiú le gnólachtaí a ndeachaigh COVID-19 i gcion orthu a fháil ar shuíomh gréasáin [na Roinne Fiontar, Trádála agus Fostaíochta.](#)

9. Aguisín – Tuilleadh Comhairle agus Eolais maidir le Sláinte Phoiblí

A. Cás nó Cásanna (Ráig) a Bhainistiú san Ionad Oibre

Is éard is ráig COVID-19 ann nuair a nasctar dhá chás nó níos mó den ghalar trí am, áit nó duine. Is iad na Ranna Sláinte Poiblí áitiúla a dhéanann bainistiú ar ráig chun cuidiú leis an ráig a chur faoi smacht a thapúla is féidir. Éilítear freisin dlúth-rannpháirtíocht agus dlúthchomhoibriú idir an fostóir, an Príomhionadaí Oibrithe, an bhfoireann, ionadaithe agus go háirithe an t-oibrí/na hoibrithe atá i gceist. Má bhíonn ráigeanna ann in aon ionad oibre amháin, nach ndéantar a bhainistiú agus a chur faoi smacht go tapa, is féidir leo leathnú go tapa chuig ionaid oibre eile agus/nó chuig an bpobal i gcoitinne. Tá cumarsáid leanúnach agus éifeachtach idir na páirtithe go léir bunriachtanach.

Cé go bhfuil na Ranna Sláinte Poiblí freagrach as ráig a bhainistiú, b'fhéidir go mbeidh ar fhostóirí agus/nó oibrithe, mar shampla, na nithe seo a leanas a dhéanamh:

- comhoibriú lena [Roinn Sláinte Poiblí](#) áitiúil má bhíonn cás nó líon cásanna ann ina n-ionad oibre,
- leanúint de na bearta go léir i dtaca le Cosc agus Rialú Ionfhabhtuithe a leanúint agus na bearta atá molta mar fhreagairt ar chás aonair COVID-19 le linn ráige,
- bainisteoir ainmnithe/ball foirne AD a shannadh chun idirchaidreamh a dhéanamh leis an bhfoireann ar cheisteanna COVID-19 agus idirchaidreamh a dhéanamh go díreach leis an Roinn Sláinte Poiblí áitiúil chun comhairle agus tacaíocht a fháil le linn ráige,
- cumarsáid agus caidreamh a dhéanamh leis an bhfoireann, an Príomhionadaí Oibrithe agus daoine eile, de réir mar is gá, agus
- oibrithe a spreagadh aip COVID-19 an FSS a íoslódáil. Is féidir leis seo cuidiú le Sláinte Phoiblí i dtaca le nithe, mar shampla, measúnuithe riosca a dhéanamh agus teagmhálaithe a rianú.

Tá tuilleadh comhairle maidir le déileáil le cás amhrasta nó ráig a bhainistiú ar fáil ó shuíomh gréasáin [an IFCS](#).

B. Díghalrán Lámh a Roghnú

Bithicídí is ea glóthaigh dhíghalraithe lámh agus tagann siad faoin Rialachán maidir le Táirgí Bithicíde (an RTB) – Rialachán (AE) 528/2012. Is é an Rannán Clárúcháin agus Rialaithe Lotnaicídí (PRCD) sa Roinn Talmhaíochta, Bia agus Mara (an RTBM) an t-údarás inniúil do bhithicídí in Éirinn. Níl ach táirgí bithicíde atá liostaithe ar chlár táirgí bithicídeacha an RTBM dleathach le margáiocht a dhéanamh orthu agus le húsáid in Éirinn. Ba chóir d'fhostóirí a chinntiú, maidir leis na díghalráin agus na dífhabhtáin go léir atá acu san ionad oibre, go bhfuil uimhir chlárúcháin PCS 9xxxx, PCS 1xxxxx, IE/BPA 7xxxx nó EU-000xxx-xx ar an lipéad. Beidh uimhir chlárúcháin uathúil ar gach táirge atá cláraithe ag an RTBM a bhaineann go sonrach leis an táirge ar leith sin. Mura bhfuil aon cheann de na formáidí uimhreacha sin ar lipéad an táirge, níor chóir don fhostóir an táirge a cheannach ná a úsáid. Lena dhearbhu gur féidir an bhithicíd a úsáid ar mhargadh na hÉireann, is féidir leis an bhfostóir clár na dtáirgí a sheiceáil ar líne ag [Clár na dTáirgí Bithicíde](#). Tá tuilleadh eolais ón RTBM maidir le Díghalrán agus Dífhabhtáin ar fáil trí theagmháil a dhéanamh leo ag biocide-enforcement@agriculture.gov.ie nó ag láithreán gréasáin [na Roinne Talmhaíochta, Bia agus Mara](#).

Ní mór íosmhéid 60% d'alcól a bheith i ndíghalráin lámh le húsáid i gcoinne COVID-19. Is féidir díghalrán lámh nach bhfuil bunaithe ar alcól a úsáid freisin. Ach nuair a bheidh díghalrán lámh á roghnú, tá sé tábhachtach a chinntiú go bhfuil sé éifeachtach i gcoinne an Choróinvíris.

C. Foirne nó Meithleacha Sainaitheanta a Úsáid

Mar a luaitear thuas, ba chóir go mbeadh oibrithe eagraithe ina meithleacha nó grúpaí, más féidir. Ba chóir do bhaill mheithle oibriú le chéile, a sosanna a ghlacadh le chéile, gléasadh le chéile agus, a mhéid is féidir, taisteal le chéile chuig an obair, fiú, etc. Má dhéantar cás

amhrasta nó dearbhaithe de dhuine ansin, ní teagmhálaithe iad ach baill a meithle agus is féidir an mheitheal go léir a eisiamh le chéile. Ceadóidh sé seo an meascán cuí scileanna a bheith ar fáil i gcónaí agus cuideoidh sé leis an ionad oibre a réachtáil níos éasca agus cosc á chur i gcomhthráth ar oibrithe tábhachtacha a eisiamh le chéile.

Ba chóir d'oibrithe atá ag taisteal i meithle maisc aghaidhe/cumhdaigh aghaidhe a chaitheamh agus a lámha a ní roimh thaisteal le chéile agus ina dhiaidh. Más féidir, ba chóir an ceaintín a roinnt ina limistéir agus iad a shannadh ansin do mheitheacha ar leith sa limistéar táirgthe. Ba chóir amanna sosa agus glantachán ina dhiaidh sin a scaradh i bhfoirm limistéar/meithleacha freisin.

D. Cumhdaigh Aghaidhe – Maisc Aghaidhe – Cealtracha

De réir an dlí, ní mór duit cumhdach aghaidhe a chaitheamh ar iompar poiblí agus i réimse láithreacha eile. Ar aon dul le comhairle Sláinte Poiblí, níor chóir cumhdaigh aghaidhe ná maisc a chaitheamh, go ginearálta, in ionad na mbeart a dtugtar cuntas orthu thuas (vacsaíniú, scaradh fisiciúil, sláinteachas lámh, béasaíocht riospráide, aerú leordhóthanach, teagmhálaithe a íoslaghdú) ach is féidir iad a úsáid anuas ar na bearta cosanta seo, go háirithe nuair is deacair scaradh fisiciúil/sóisialta a dhéanamh agus d'fhéadfaí limistéir shonracha i dtimpeallacht oifige a áireamh leis seo.

Is éard is cumhdach aghaidhe éadach a chaitheann tú a chlúdaíonn an tsrón agus an béal. Cabhraíonn cumhdach aghaidhe a chaitheamh le cosc a chur ar scaipeadh COVID-19 sa phobal. Cuidíonn sé le laghdú ar leathnú na mbraoiníní riospráide ó dhaoine ar a bhfuil COVID-19. Cuidíonn sé seo cosc a chur ar dhaoine nach bhfuil a fhios acu go bhfuil an víreas orthu é a scaipeadh ar dhaoine eile. Má chaitear cumhdach aghaidhe nó masc, ba chóir dóibh bheith glan agus níor chóir iad a roinnt le comhghleacaithe eile ná go mbeidís á láimhseáil ag comhghleacaithe eile.

Ní hiad cealtracha an rogha is fearr chun tú féin agus daoine eile a chosaint ar COVID-19. Féadfaidh cealtracha cuid de leathnú braoiníní ó do shrón nó ó do bhéal a stopadh. Tá sé

seo níos fearr ná gan aon chumhdach aghaidhe a chaitheamh. Níor cheart cealtracha a chaitheamh ach má tá breoiteacht nó lagú ort a dhéanann deacair ort é cumhdach aghaidhe a chaitheamh nó má tá tú ag déileáil le daoine a bhfuil riachtanais ar leith acu (e.g. daoine ar a bhfuil moill éistigh). Nuair a úsáidtear cealtracha, ba chóir dóibh an aghaidh ar fad a chlúdach (os cionn na súl chuig faoi bhun na smige agus ó chluas go cluas) agus ba cheart iad a chur ort i gceart. Ba chóir cealtracha in-athúsáidte a ghlanadh i ndiaidh gach úsáide agus ansin iad a stóráil in áit ghlan go dtí gur gá iad a úsáid.

Nóta: Is féidir le hathrú teacht ar rialacháin a bhaineann le cumhdaigh aghaidhe i láithreacha ar leith agus ba cheart do dhuine súil a chaitheamh ar an láithreán gréasáin www.gov.ie chun teacht ar an eolas is cothroime le dáta. Cuireann an Eagraíocht Dhomhanda Sláinte comhairle ar fáil freisin ar mhaisc aghaidhe. [Cathain agus conas maisc aghaidhe a úsáid \(who.int\)](http://who.int)

De réir an dlí, [I.R. Uimh. 296 de 2020 \(arna leasú\)](#), agus I.R. Uimh. 244 de 2020, tá cumhdach aghaidhe le caitheamh ar iompar poiblí agus sna láithreacha seo a leanas:

- siopaí, cógaslanna san áireamh,
- ionaid siopadóireachta,
- leabharlanna,
- pictiúrlanna agus coimpléisc phictiúrlainne,
- amharclanna,
- hallaí ceolchoirme,
- hallaí biongó,
- músaem,
- salónna ingne,
- salónna gruaige agus bearbóirí,
- siopaí tatúnna agus pollta,
- gníomhairí taistil agus tionscnóirí turas,
- neachtlanna agus tirimhlantóirí, agus
- geallghlacadóirí.

Moltar go ginearálta i suíomhanna poiblí, gur cheart cumhdaigh aghaidhe a chaitheamh, go háirithe, nuair atá an té a bhfuil siad á gcaitheamh acu ar leibhéal níos airde (ag seasamh) ná iad siúd a d'fhéadfadh bheith nochta ar leibhéal níos ísle (ag suí).

Molann an tÚdarás um Chaighdeáin Náisiúnta na hÉireann (an ÚCNÉ) gur cheart go mbeadh cumhdaigh aghaidhe a rinneadh i leith shonraíochtaí [SWIFT 19](#) nó [CEN/CWA 17553](#) bheith ar an rogha is fearr do mhaisc agus cumhdaigh a úsáideann tomhaltóirí i suíomhanna poiblí, cosúil le hiompar poiblí, ollmhargaí agus siopaí, agus limistéir eile iata ina bhféadfadh sé a bheith deacair cloí le treoirlínte maidir le scaradh sóisialta.

Moltar go mbaintear úsáid as cumhdaigh aghaidhe in ionaid oibre phlódaithe. Anuas ar an moladh seo, is féidir breithniú a dhéanamh ar chumhdaigh aghaidhe a chaitheamh in áiteanna nó i gcásanna ina bhféadfadh sé a bheith deacair scaradh fisiciúil/sóisialta 2 mhéadar a choimeád amach ó dhaoine eile. D'fhéadfaí a áireamh leis seo:

- Nuair atáthar ag dul isteach agus ag teacht amach ó fhoirgnimh,
- Limistéir rochtana poiblí i bhfoirgnimh, limistéir fáiltithe/forhallaí,
- Nuair a bhítear ag siúl ar fud foirgneamh chun dul go dtí an leithreas, gléasanna fótachóipeála, ar staighrí etc., agus
- Ceaintíní agus limistéir chistine (roimh agus i ndiaidh ithe) nó nuair a bhíonn úsáid á baint as saoráidí ar nós coirí agus tóstaer.

Ba chóir d'fhostóirí agus d'oibrithe coimeád cothrom le dáta leis an gcomhairle agus na rialacháin Sláinte Poiblí is déanaí maidir le cumhdaigh aghaidhe a úsáid. Tá comhairle ghinearálta foilsithe ag an IFCS ar mhaisc/chumhdaigh aghaidhe a úsáid ag an bpobal i gcoitinne chomh maith le héifeachtúlacht chealtracha i gcomparáid le maisc/cumhdaigh chun cosc a chur ar COVID-19 a tharchur i suíomhanna neamhchúraim sláinte (féach [láithreán gréasáin](#) an IFCS).

E. Comhairle agus Treoir a bhaineann go Sonrach le hEarnálacha

Mar gheall go leagann an Prótacal um Oibriú go Sábháilte an bonn faoi go sábháilte cáipéisí treorach a bhaineann go sonrach le hearnálacha ar a ndearna earnálacha aonair forbairt bhreise i gcomhar le Sláinte Phoiblí, ní mór d'earnálacha anois athbheithniú a dhéanamh ar

a gcomhairle agus treoir reatha lena dhearbú go bhfuil siad ag teacht leis an nuashonrú seo.

Chomh maith le comhairle shonrach a d'ullmhaigh earnálacha, féadfaidh Ranna Sláinte Poiblí FSS agus an IFCS comhairle shonrach a chur ar fáil d'earnálacha mar fhreagra ar ráigeanna nó fianaise agus sonraí eile. I gcásanna dá leithéid, ba chóir d'fhostóirí agus oibrithe san earnáil ar leith glacadh leis an gcomhairle Sláinte Poiblí shonrach a chuirtear ar fáil.

Tugtar anseo thíos liosta neamhiomlán d'earnálacha ina bhfuil comhairle Sláinte Poiblí shonrach curtha ar fáil agus ba chóir d'fhostóirí agus oibrithe coimeád cothrom le dáta toisc gur féidir an chomhairle seo a athrú:

- Cúram sláinte,
- Cúram sóisialta,
- Miondíol,
- Próiseáil Feola
- Próiseáil Bia,
- Tógáil,
- Cúram Leanaí,
- Oideachas,
- Beáir,
- Bialanna, agus
- Adhlacóirí.

Féach [Treoir an IFCS ar COVID-19 in Éirinn](#).

F. Mearthástálacha Diagnóiseacha Antaiginí (MTDAanna)

Cúlra

Meastar go mbaineann an tástáil PCS, ar a dtugtar an tástáil um imoibriú slabhrúil polaiméaráise cúl-trascriptóise cainníochtúil fíor-ama (RT-PCR) ar bhonn níos foirmiúla an an caighdeán is airde amach i dtaobh COVID-19 a dhiagnóisiú agus is é an tástáil a úsáideann Sláinte Phoiblí in Éirinn dá clár tástála agus rianaithe. Tá úsáid níos mó á baint i gcónaí freisin as Tástálacha Diagnóiseacha Antaiginí (TDAanna) ag córais Sláinte Poiblí ar fud an domhain agus go náisiúnta mar bhealach le hacmhainn fhoriomlán tástála tíre a neartú. Is í an phríomhchúis go n-úsáidtear na tástálacha siúd mar áis don tSláinte Poiblí chun cásanna COVID-19 “a aimsiú”; níor cheart dóibh a úsáid chun solas “glas” a thabhairt d’ionad oibre oibriú nó do dhuine aonair iompar ar bhealach ar leith a chur ar bun. Thar aon ní eile, má tá na tástálacha siúd á n-úsáid in aon suíomh, bíodh an t-ionad oibre nó láthair eile i gceist, is gá cloí go hiomlán le comhairle Sláinte Poiblí maidir le níochán lámh, maisc/cumhdaigh a chaitheamh, béasaíocht riospráide, scaradh fisiciúil agus aerú. **D’ainneoin aon socruithe áitiúla do thástáil dhiagnóiseach antaiginí atá i gceist, is bunriachtanach go ndéanann daoine aonair ar a bhfuil siomptóim teagmháil lena DG le tástáil um Imoibriú Slabhrúil Polaiméaráise (PCR) SARS-CoV-2 saor in aisce a shocrú. Is féidir le daoine tástáil a chur in áirithe iad féin ag HSE.ie.**

Tugtar faoi TDAanna chun for SARS-CoV-2 a bhrath ag pointe an chúraim (e.g., san ionad oibre), áit a dtugtar Mearthástálacha Braite Antaiginí (MTBAanna) orthu nó is féidir leo a bheith bunaithe i saotharlann. Imdhíonmheasúnacht iad MTDAanna a dhéanann láithreach nó asláithreach antaiginí nó phróitéine ar leith ar dhromchla an víris a bhrath. Ar an ábhar sin, murab ionann agus tástálacha núicléasacha aigéadbhunaithe, cosúil le tástálacha PCR, a bhraitheann láithreach ábhair ghéinitigh (RNA), braitheann tástálacha antaiginí próitéin agus caithfidh troime víris níos airde a bheith ann sna tástálacha siúd le toradh ceart dearfach a thabhairt ná mar a theastaíonn i dtástálacha PCR. Ciallaíonn seo gur fearr a úsáidtear tástálacha antaiginí le daoine a shainthint ar bhain a n-ionfhabhtú an pointe ba mheasa amach, nuair is dóchúil a bhíonn leibhéil an víris sa chorp ard.

Táthar ceaptha tástálacha antaiginí a dhéanamh ar eiseamail mhaipín shrónfharaingeacha (an chuid uachtarach den scornach) nó sróine a chuirtear go díreach isteach sa mheasúnacht, agus glacann sé idir 15 agus 30 nóiméad le tástálacha a dhéanamh agus le toradh a sholáthar. Tá MTDAanna ann freisin a dearadh lena n-úsáid ar shamplaí seile. De réir the an LGCR, áfach, ní thacaíonn an fhianaise reatha theoranta le seile a úsáid mar ábhar eile sampla do mhearthástálacha antaiginí nó antasubstaintí agus is gá staidéar breise bailíochtaithe chliniciúil a dhéanamh ar na tástálacha éagsúla atá ar fáil (féach tagairt an LGCR thíos).

Teastaíonn ó fhormhór na MTDAanna atá ar an margadh faoi láthair go ndéanann gairmithe cúraim sláinte oile an tástáil agus go ndéanann siad na torthaí a léirthuisint. Tá MTDAanna ar féidir iad a úsáid mar fhéintástálacha á gcur ar fáil ar an margadh, agus iarrann iad seo ar dhaoine eiseamal (srónfharaingeach, sróine nó seile) a bhailiú, an tástáil a dhéanamh agus na torthaí a léirthuisint iad féin.

Anuas ar MTDAanna a úsáid sa chóras Sláinte Poiblí, tá go leor cuideachtaí ag baint leasa anois as MTDAanna mar bheart breise i gcosc a chur ar ráigeanna COVID-19 san ionad oibre. Sula dtabharfar úsáid MTDAanna isteach ina n-ionad oibre, ba cheart d'fhostóirí roinnt tosca a chur san áireamh i dtaobh cinneadh a dhéanamh faoi cibé acu an gcruthóidh nó nach gcruthóidh a n-úsáid tairbhe bhreise chun cosc a chur ar ráigeanna ina n-ionad oibre. Tugtar cuntas thíos ar na tosca agus na breithnithe seo.

An Creat Rialála Náisiúnta agus AE do MTDAanna

Aicmítear na tástálacha a úsáidtear do COVID-19 mar fheistí leighis diagnóiseacha *in-vitro* (IVDanna), is é sin, déanann siad anailís ar shampla *in-vitro* (lasmuigh den chorp) le láithreach an víris a bhrath (e.g. RNA nó antaigin) nó le freagairt imdhíonachta an choirp don víreas a bhrath (e.g. antasubstaint). Rialaítear tástálacha do COVID-19 faoi láthair faoin Treoir maidir le Diagnóisic *In-Vitro* ón Eoraip (IVDD, Treoir 98/79/CE), a rinne I.R. 304/2001, arna leasú é a thrasú i ndlí na hÉireann, agus caithfidh marc CE a bheith orthu agus caithfear iad a úsáid i gcomhréir leis an litríocht a ghabhann leis an táirge, ar a dtugtar treoracha úsáide (IFU). Le feiste a chur ar mhargadh an AE, caithfidh an déantúsóir a léiriú go gcloíonn siad leis na ceanglais dhlíthiúla infheidhme san IVDD, agus caithfidh siad a léiriú go gcomhlíonann siad na ceanglais ábhartha mheasúnaithe comhréireachta. Is é an tÚdarás

Inniúil náisiúnta in Éirinn d'fheistí leighis agus IVDanna an tÚdarás Rialála Táirgí Sláinte (an ÚRTS) agus tá eolas breise ar an gcreat rialála agus ar na ceanglais mheasúnaithe comhréireachta ar fáil ón ÚRTS go díreach (devices@hpra.ie) agus trí [láithreán gréasáin](#) an ÚRTS freisin.

Faoin gcreat reatha dlíthiúil, tagann tástálacha COVID-19 d'úsáid ghairmiúil faoi chuimsiú an bhealaigh mheasúnaithe comhréireachta 'féindearbhú'. Ciallaíonn seo go mbunaítear marcáil CE, go príomha, ar fhéinmheasúnú agus ar fhéindearbhú ag déantúsóir na tástála, agus go gcoimeádtar sonraí agus cáipéisíocht tacaíochta sa cháipéisíocht theicniúil. Is minic go mbíonn eolas neamhspleách ar fheidhmíocht chliniciúil na dtástálacha seo i dtaobh íogaireachta agus sainiúlachta teoranta, agus tá seo ríthábhachtach, mar sin féin, chun torthaí a léirthuisct go cruinn. Cruthaíonn seo dúshlán nach beag, go háirithe i gcomhthéacs na paindéime atá ag teacht chun cinn agus, mar thoradh air sin, tugann go leor Ballstát faoi staidéar bailíochtaithe sula dtugann siad feistí isteach i gcleachtas cliniciúil. Is faoi na Ballstáit aonair iad na tástálacha a úsáidfead i gcórais sláinte náisiúnta a roghnú mar chuid dá n-inniúlachtaí náisiúnta chun seirbhísí sláinte agus cúram leighis a eagrú agus a sholáthar. In Éirinn, d'fhoilsigh HIQA roinnt moltaí ar thástálacha antaiginí a úsáid, tograí ina measc go ndéantar pacáí tástálacha antaiginí a bhailíochtú lena n-úsáid sa suíomh/chohórt beartaithe ([sonraí tagartha](#)).

I gcás aon ghléasanna atá beartaithe d'úsáideoirí tuata nó aonair (i.e., féintástálacha), caithfidh an déantúsóir deimhniúchán a lorg freisin ó chomhlacht deimhniúcháin neamhspleách, Comhlacht Fógraithe ainmnithe, a dheimhneoidh inúsáidteacht na feiste mar fhéintástáil agus deimhniú comhfhreagrach a eisiúint. Faoi láthair, níl ach líon an-teoranta de MTDAanna ar fáil le haghaidh féintástála ar mhargadh an AE. Beidh marc CE ar fhéintástáil ar a bhfuil marc dlisteanach CE lena n-áirítear uimhir chomhlachta fhógartha 4 dhigit.

Ón 26 Bealtaine 2022, tiocfaidh Rialachán (AE) 2017/746 ar fheistí leighis diagnóiseacha *in vitro* in ionad na Treorach maidir le IVD. Neartóidh an Rialachán na riachtanais chun IVDanna a rialáil, córas nua rialacha rioscabhunaithe a chur i bhfeidhm san áireamh chun aicmiú a dhéanamh anuas ar na riachtanais a neartú do shonraí feidhmíochta IVDanna. I gcomhréir leis an IVDR, déanfar tástálacha COVID-19 a aicmiú aníos go dtí aicmiú riosca níos airde óna dteastaíonn measúnú agus deimhniúchán ag Comhlacht Fógartha.

TDAanna agus MTDAanna ar Mhargadh an AE

Is féidir teacht ar liosta MTDAanna ar a bhfuil Marc CE agus atá ar fáil ar mhargadh an AE ar [leathanach baile an Ionaid Chomhpháirtigh Taighde \(an ICT\)](#).

De réir an láithreáin ghréasáin, is é cuspóir Bhunachar Sonraí Modhanna Tástála agus Feistí Diagnóiseacha In Vitro COVID-19 an ICT an t-eolas go léir atá ar fáil go poiblí ar fheistí leighis diagnóiseacha in vitro (IVDanna) ar a bhfuil marc CE chomh maith le feistí a forbraíodh i saotharlann agus modhanna gaolmhara tástála do COVID-19 a bhailiú in aon áit amháin. Déantar an bunachar sonraí a choimeád de láimh agus nuashonraítear go tréimhsiúil é.

Is tábhachtach a thabhairt faoi deara nach ndearna an CO ná údaráis náisiúnta Ballstát measúnú ar chomhlíonadh na bhfeistí ar an liosta seo le dlí infheidhme an AE ar mhaithe lena gcur san áireamh sa liosta seo. Níl aon chóras faofa lárnach ann le haghaidh feistí leighis diagnóiseacha san AE agus, dá bharr, ní chuirtear liosta ar fáil sa bhunachar sonraí seo d'fheistí leighis ceadaithe san Aontas Eorpach.

MTDAanna a úsáid – Roinnt pointí le machnamh a dhéanamh orthu

Tá roinnt pointí ann ar cheart iad a chur san áireamh maidir le MTDAanna a úsáid agus ba cheart iad seo a bhreithniú sula n-eagraítear aon chlár tástála MTAD. Faoi mar a luadh cheana féin, is í an phríomhchúis go n-úsáidtear na tástálacha siúd mar áis don tSláinte Poiblí chun cásanna COVID-19 “a aimsiú”; níor cheart dóibh a úsáid chun solas “glas” a thabhairt d’ionad oibre oibriú nó do dhuine aonair iompar ar bhealach ar leith a chur ar bun. Thar aon ní eile, má tá na tástálacha siúd á n-úsáid in aon suíomh, bíodh an t-ionad oibre nó láthair eile i gceist, is gá cloí go hiomlán le comhairle Sláinte Poiblí maidir le níochán lámh, maisc/cumhdaigh a chaitheamh, béasaíocht riospráide, scaradh fisiciúil agus aerú. Thar aon ní eile, gan aird ar aon socruithe áitiúla do thástáil MTAD, is bunriachtanach go ndéanann daoine aonair ar a bhfuil siomptóim teagmháil lena DG le tástáil um Imoibriú Slabhrúil Polaiméaraíse (PCR) SARS-CoV-2 saor in aisce a shocrú.

I measc roinnt de na pointí atá le cur san áireamh nuair a bhíonn breithniú á dhéanamh ar MTAD, tá an méid seo a leanas:

- Bíonn agaí slánúcháin níos giorra ag tástálacha MTAD ná mar a bhíonn ag tástálacha RT-PCR a bhaineann an caighdeán is airde amach,
- Bíonn costais níos lú imoibrí ag tástálacha MTAD,
- Is fearr a éiríonn le tástálacha MTAD nuair a úsáidtear iad i gcásanna ina bhfuil ardtróime víris, i.e., cásanna réamhshiomptómacha sula dtagann forbairt ar shiomptóim agus cásanna siomptómacha laistigh de 5 lá i ndiaidh thosach na siomptóm,
- Is féidir atástáil le MTAD (e.g. faoi dhó gach seachtain) na tairbhí is mó a chur ar fáil i dtaobh líon méadaithe cásanna a bhrath,
- Is fearr a éiríonn le tástálacha MTAD nuair is airde na leibhéil leitheadúlachta pobail,
- Caithfear tástálacha MTAD a úsáid de réir na dtreoracha úsáide a soláthraíodh leis an tástáil chun an fheidhmíocht a bhaint amach a mhaíonn an déantúsóir a bhainfear amach don fheiste,
 - beartaítear nach n-úsáidtear go leor tástálacha MTAD ach le samplaí ó othair shiomptómacha,
 - iarrann na tástálacha MTAD reatha, de ghnáth, go dtugann gairmithe cúraim sláinte oilte fúthu nó go ndéantar iad a fhéinriar faoi mhaoirseacht cúraim sláinte agus go ndéantar iad ag cloí go dian le treoracha an déantúsóra,
 - Ní féidir tástáil MTAD a úsáid ach mar fhéintástáil má bheartaítear go sonrach é a úsáid don chuspóir sin agus má bhíonn comhartha bailí CE ag a bhfuil uimhir 4 dhigit aige,
- Is éifeachtaí cláir thástála MTAD má bhíonn siad mar chuid den chóras tástála agus rianaithe náisiúnta Sláinte Poiblí agus má thugann an córas sin tacaíocht dóibh. Ar an ábhar sin, caithfear aon tástálacha MTAD a braitheadh a dheimhniú trí thástáil PCR, a thabharfar le fios, ina dhiaidh sin, don chóras Sláinte Poiblí.
- D'fhéadfadh tástálacha MTAD athdhearbhú breise a sholáthar d'oibrithe agus do chustaiméirí, agus gnólachtaí a chumasú oscailt/fanacht oscailte, fiú nuair a chuirtear san áireamh na teorainneacha atá ar na tástálacha seo,
- Teastaíonn rialú cáilíochta cuí agus rialachas cuí cliniciúil ó chláir thástála MTAD go bhfeidhmeoidh siad a fheabhas agus is féidir leo; beidh bearta cuí um chosaint sonraí le cur i bhfeidhm dóibh freisin,

- Ba cheart go mbainfeadh tástálacha MTAD na riachtanais íosta feidhmíochta amach maidir le híogaireacht $\geq 90\%$ íogaireacht agus le sainiúlacht $\geq 99\%$ ar an leibhéal náisiúnta ag HIQA (féach an Tuarascáil ó Dheireadh Fómhair 2020, tá tagairt dó thíos),
- Ba cheart tástálacha MTAD a bhailíochtú,
- is féidir le féinmhapáil, fiú má dhéantar faoi mhaoirseacht é, a bheith dúshlánach má bhaineann mapáil shrónfharaingeach nó sróine leis agus d'fhéadfadh iarratas neamh-chomhsheasmhach a bheith i gceist leis,
- Más íseal do leibhéil nó troime víris, b'fhéidir nach leor torthaí na dtástálacha siúd chun iad siúd a aimsiú atá réamhshiomptómach,
- d'fhéadfadh torthaí dearfacha bréagacha agus torthaí diúltacha bréagacha a bheith ann. Seo an fáth go bhfuil sé bunriachtanach go leantar ag cloí leis an gcomhairle Sláinte Poiblí go léir a leagtar amach thuas,
- beidh ar fhostóirí íoc as costais chun clár tástála MTAD a chur i bhfeidhm agus a choimeád ar siúl, agus b'fhéidir nach mbeidh seo cost-éifeachtúil, go háirithe ag amanna nuair is íseal do leibhéil sa phobal, agus
- caithfidh marc CE a bheith ar thástálacha a úsáidtear faoin mbealach cuí measúnaithe comhréireachta agus caithfidh siad an Treoir maidir le Diagnóis In Vitro 98/79/CE agus aon cheanglais náisiúnta nó AE a chomhlíonadh.

Comhairle Bhreise faoi MTDAanna

FSS - [Treoir maidir le tástáil antaiginí](#): treoir oibríochtúil agus ábhar oiliúna d'úsáideoirí MTAD.

An IFCS: [Treoir eatramhach ar Thástálacha Diagnóiseacha Antaiginí a úsáid](#) mar chuid den Chlár Tástála Sláinte Poiblí – leagtar amach ann na moltaí cliniciúla nuair ba cheart do Shláinte Phoiblí na tástálacha seo a úsáid.

HIQA: [Eolas ar fhéidearthachtaí éagsúla sraith-thástála do Shláinte Phoiblí](#) lena úsáid go ginearálta agus go sonrach maidir le [hoibrithe ionad próiseála feola](#).

An Coimisinéir um Chosaint Sonraí: [Sonraí Vacsaínithe COVID-19 a phróiseáil i gcomhthéacs Fostaíochta | an Coimisinéir Cosanta Sonraí](#)

An ÚRTS: [Eolas Rialála ar Fheistí Leighis agus Diagnóiseacha In Vitro](#)

An Roinn Sláinte: Tuarascáil ón Sainghrúpa um Athoscailt Shábháilte Inbhuanaithe: [Ról Mearthástála SARs-CoV-2.](#)

Coimisiún an AE: [Liosta coiteanna lena gcomhaontaítear](#) de Mearthástálacha antaiginí COVID-19, iad siúd ina measc a chomhaithnítear agus sraith choiteann sonraí caighdeánaithe atá le cur san áireamh i ndeimhnithe toradh tástála COVID-19.

[Bunachar Sonraí MTDAanna ar Mhargadh an AE](#)

An LGCR: Tuairiscíonn sé ar roghanna agus ar bhreithnithe le haghaidh mearthástálacha antaiginí, tástálacha san áireamh a mbaineann féintástáil leo. Chomh maith leis sin, beidh breithnithe maidir le húsáid a bhaint as samplaí seile le tástáil a dhéanamh do COVID-19 anuas ar MTDAanna a úsáid i suíomh gairm bheatha i gceist.

[considerations-use-rapid-antigen-detection-including-self-tests-sars-cov-2](#)

[stop-spread-could-diagnostic-antigen-tests-help-control-covid-19-transmission](#)

[options-use-rapid-antigen-tests-covid-19-eueea-and-uk](#)

[considerations-use-self-tests-covid-19-eueea](#)

[considerations-use-saliva-sample-material-covid-19-testing](#)

An RA –

[Comhairle ghinearálta ar thástálacha agus pacáí tástála COVID-19 a úsáid i measc réimse suíomhanna.](#)

[covid-19-self-test-help](#)

Eile:

[YouTube - Treoir céim ar chéim maidir le féintástáil COVID-19 a dhéanamh](#)

G.Nóta Treorach ó Ghrúpa Comhairliúcháin an FGFS maidir leis an bPrótacal um Oibriú go Sábháilte

Filleadh go Sábháilte ar an Ionad Oibre ón 20 Meán Fómhair

Nóta Treorach ó Ghrúpa Comhairliúcháin an FGFS maidir leis an bPrótacal um Oibriú go Sábháilte

An 20 Deireadh Fómhair 2021

D'fhógair an Rialtas an 19 Deireadh Fómhair bearta breise chun athoscailt a dhéanamh, agus na forbairtí is déanaí á gcur san áireamh maidir le leitheadúlacht agus iompar COVID-19, agus dul chun cinn a rinneadh i vacsaínithe a thabhairt isteach, a mbeadh feidhm acu ón 22 Deireadh Fómhair.

Leanfaidh treoir thábhachtach agus riachtanach sláinte poiblí atá i bhfeidhm faoi láthair de bheith i bhfeidhm i ndiaidh an 22 Deireadh Fómhair.

Tá sé ríthábhachtach go dtéann na fostóirí agus na fostaithe go léir anois i mbun beart, ar bhonn aonair agus i dteannta a chéile, ina saol laethúil le smacht a choimeád ar bhaol COVID-19, ach go háirithe tríd an méid seo a leanas a dhéanamh:

- gníomhú go tapa, féinaonrú a dhéanamh agus tástáil a fháil má bhíonn comharthaí orthu;
- cumhdaigh aghaidhe a chaitheamh, sa chás gur cuí;
- a chinntiú go bhfuil spásanna taobh istigh dea-aerithe;
- scaradh sóisialta leordhóthanach a dhéanamh i gcónaí, pé uair is cuí; agus
- ár gcasacht agus sraothartach a chlúdach agus ár lámha a choimeád glan.

Freagrachtaí iad seo atá orainn go léir agus baineann ríthábhacht leo chun nach dtiocfaidh borradh ar an víreas athuair.

An Prótacal um Oibriú go Sábháilte

Leanfaidh an Prótacal um Oibriú go Sábháilte de bheith go hiomlán i bhfeidhm i ndiaidh an 22 Deireadh Fómhair, ina leagtar amach na bearta íosta um chosc agus rialú ionfhabhtuithe Sláinte Poiblí ar gá d'fhostóirí agus oibrithe tabhairt fúthu, i ngach áit oibre, chun scaipeadh COVID-19 a chosc agus a laghdú.

Ar aon dul le comhairle sláinte poiblí, ba cheart go leanfadh an fillleadh ar ionaid oibre ag titim amach ar bhonn céimnithe agus cúramach, faoi mar a d'éirigh linn a dhéanamh ón 20 Meán Fómhair ar aghaidh, agus do riachtanais ghnó ar leith.

Ba cheart go gcuirfí an méid seo a leanas san áireamh i bhfillleadh cúramach ar ionaid oibre;

- leibhéil freastail chuí, agus aird ar an treoir sláinte poiblí faoi mar a léirítear sa Phrótacal um Oibriú go Sábháilte agus i seicliosta(i) gaolmhar(a);
- socruithe céimnithe a úsáid, ar nós freastal neamh-lánaimseartha agus uaireanta oibre solúbtha, agus
- ar mhaithe le riachtanais ar leith ghnó é an freastal sin.

Braithfidh léirmhíniú na treorach seo ar chúinsí ar leith gach ionaid oibre, agus ba cheart go mbeadh sí curtha ar an eolas trí dhul i gcomhairle le hoibrithe.

Caithfidh fostaí a dtagann comharthaí COVID-19 orthu fanacht sa bhaile agus fanacht glan amach ón ionad oibre, caithfidh siad tástáil a fháil agus féinaonrú a dhéanamh i gcomhréir le treoirlínte sláinte poiblí. Ba cheart d'fhostóirí é seo a éascú.

Leanfaidh socruithe reatha sochair breoiteachta bhreistithe an Rialtais maidir le COVID-19 de bheith i bhfeidhm. Íoctar an sochar seo ar ráta €350 sa tseachtain, gan aon laethanta feithimh a bheith i gceist, d'fhostaithe agus daoine féinfhostaithe a ndeimhníonn lia-chleachtóir cláraithe gur diagnóisíodh go bhfuil COVID-19 orthu nó go bhféadfaidís bheith ina bhfoinse dhóchúil ionfhabhtaithe COVID-19.

Príomhionadaí Oibrithe

Faoi mar a bhí i gceist i rith na paindéime, is é an príomhrud is féidir a dhéanamh le scaipeadh COVID-19 a chosc san ionad oibre ná cumarsáid láidir agus cur chuige comhoibritheach comhroinnte idir fostóirí agus oibrithe.

Faoi mar a dtugtar cuntas air sa Phrótacal um Oibriú go Sábháilte, tá ar gach ionad oibre Príomhionadaí Oibrithe (PIO) a bheith ann chun oibriú leis an bhfostóir le cosc a chur ar scaipeadh COVID-19 san ionad oibre. Ba cheart don PIO oibriú leis an bhfostóir agus le hoibrithe chun cuidiú le bearta sa Phrótacal a chur i bhfeidhm agus le monatóireacht a dhéanamh orthu. Go hidéalach, beidh líon na n-ionadaithe a cheapfar comhréireach le líon na n-oibrithe.

De réir mar a fhillann oibrithe ar ionaid oibre, tá ról an Phríomhionadaí Oibrithe thar a bheith tábhachtach.

Aithnítear, i measc go leor daoine, go gcruthóidh an filladh ar an ionad oibre buarthaí dlisteanacha maidir leis na rioscaí a chruthaíonn COVID-19. Is féidir le hidirchaidreamh comhoibritheach agus oscailte idir fostóirí agus oibrithe, bunaithe ar an bPrótacal um Oibriú go Sábháilte, a chinntiú, áfach, go ndéantar ionaid oibre a athoscailt agus go n-oibrítear iad ar bhealach a chuireann cosc ar scaipeadh COVID-19.

Má thagann buarthaí aníos san ionad oibre, ba cheart d'oibrithe teagmháil a dhéanamh leis an bhfostóir tríd an bPríomhoibrí nó trí ionadaí eile.

Má leanann buarthaí faoi chur i bhfeidhm an Phrótacail um Oibriú go Sábháilte, d'fhéadfaidís seo a thabhairt chun solais le hAonad Teagmhála Ionaid Oibre an Údaráis Sláinte agus Sábháilteachta (www.hsa.ie). Déanfaidh an ÚSS athbhreithniú ar an teagmháil go léir a dhéanann an ATIO leo maidir leis an bPrótacal um Oibriú go Sábháilte agus déanfaidh sé fiosrú leantach, faoi mar is cuí.

Is féidir teacht ar threoir bhreise ar acmhainní agus pointí teagmhála eile sa Phrótacal agus ar Gov.ie/covid. Beidh grúpaí ionadaíocha fostóirí agus ceardchumann in ann comhairle agus treoir a thabhairt freisin.

Cé go bhfuil an fhreagracht orainn go léir dul i mbun na mbeart riachtanach chun an víreas a choimeád faoi smacht, leanfaidh cigireachtaí Rialtais, an tÚdarás Sláinte agus Sábháilteachta, Seirbhís Sláinte Chomhshaoil FSS, an Roinn Talmhaíochta, Tusla, an tÚdarás um Chosaint Iascaigh Mhara agus an Coimisiún um Chaidreamh san Áit Oibre, ag tabhairt faoi chigireachtaí in ionaid oibre i dtaobh an Phrótacail um Oibriú go Sábháilte a chomhlíonadh. Déanfaidh na cigireachtaí seo idirchaidreamh go rialta leis an mbainistíocht agus le hoibrithe (tugtar cuntas ar ról an PIO thuas).

Na Chéad Chéimeanna Eile

Leanfaidh idirchaidreamh ag titim amach idir an Rialtas, ceardchumann agus ionadaithe fostóra, faoi choimirce an Fhóraitm Gheilleagraigh Fostóirí Saothair, maidir le treoir a theastaíonn d'fhostóirí agus oibrithe don tréimhse amach romhainn, agus an treoir sláinte poiblí is déanaí agus aon chinntí breise a dhéanfaidh an Rialtas á gcur san áireamh.

Déanfar an Rialtas na príomhtheachtaireachtaí sláinte poiblí, agus an tábhacht a bhaineann lena gcur i bhfeidhm iomlán in ionaid oibre, a chur in iúl go réamhghníomhach freisin, agus trí cheardchumann agus ionadaithe fostóra.

¹ Bunafodh an fóram páirtithe leasmhara comhairliúcháin, faoi choimirce an Fhóraitm Gheilleagraigh Fostóirí Saothair, chun maoirseacht a dhéanamh ar chur i bhfeidhm an Phrótacail um Oibriú go Sábháilte. Is iad na baill den Fhóram Páirtithe Leasmhara: Ibec, Cónaidhm Thionscal na Foirgníochta (CTF), Comhdháil na gCeadchumann, an Ceardchumann Seirbhísí, Tionsclaíoch, Gairmiúil agus Teicniúil (SIPTU), FSS, an Roinn Sláinte, an Roinn Fiontar, Trádála agus Fostaíochta, an Roinn Talmhaíochta, Bia agus Mara agus Roinn an Taoisigh.

10. Gluais

TDA – Tástáil Dhiagnóiseach Antaiginí

Aisiomptómach – galrach ach níl siomptóim bhreiteachta ar dhuine.

Láthair thionóil – áit a mbailíonn grúpaí daoine le chéile inar féidir le daoine teagmháil a dhéanamh le daoine galracha.

An IFCS – An tIonad Faireachais um Chosaint Sláinte.

FSS – Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte.

Bearta CRI – Bearta Coiscthe agus Rialaithe Ionfabhtuithe.

An FGFS – An Fóram Geilleagrach Fostóirí Saothair.

PIO – Príomhionadaí na nOibrithe.

An FÉSPN – An Fhoireann Éigeandála Sláinte Poiblí Náisiúnta.

Measúnú riosca sláinte agus sábháilteachta ceirde – téarma a úsáidtear le cur síos a dhéanamh ar an bpróiseas nó an modh foriomlán ina ndéantar guaiseacha agus tosca riosca a shainaithint ar féidir leo díobháil a dhéanamh d'fhostaithe agus daoine eile ag an ionad oibre. Féach [láithreán gréasáin an ÚSS](#).

Ráig – Is éard is ráig COVID-19 ann nuair a nasctar dhá chás nó níos mó den ghalar trí am, áit nó duine.

SSC – Sláinte agus Sábháilteacht Cheirde.

TCP – Trealamh Cosanta Pearsanta – ciallaíonn seo aon ghléas nó aon fhearas a dearadh lena chaitheamh nó le bheith ag duine chun iad a chosaint in aghaidh guais sláinte agus sábháilteachta amháin nó níos mó. Saghas ar leith de Threalamh Cosanta Pearsanta é Trealamh Cosanta Riospráide (TCR) a úsáidtear le duine a bhfuil sé á chaitheamh acu a chosaint in aghaidh substaintí guaiseacha san aer san ionad oibre a anáil.

MTDA – Mearthástáil Dhiagnóiseach Antaiginí

Measúnú riosca – Téarma é measúnú riosca a úsáidtear le cur síos a dhéanamh ar an bpróiseas nó an modh foriomlán ina ndéantar guaiseacha agus tosca riosca a shainaithint ar féidir leo díobháil a dhéanamh.

Ráiteas Sábháilteachta – cáipéis scríofa ina léirítear gealltanais an fhostóra i leith shláinte agus shábháilteachta a bhfostaithe ar aon dul le dlíthe agus caighdeáin sláinte agus sábháilteachta san ionad oibre. Féach [láithreán gréasáin an ÚSS](#).

SARS-CoV-2 – is é seo an víreas is cúis le COVID-19.

Siomptómach – duine galrach agus a bhfuil siomptóim bhreiteachta orthu.

An Roinn Fiontar, Trádála agus Fostaíochta
An Roinn Sláinte
An tÚdarás Sláinte agus Sábháilteachta
Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte



Rialtas na hÉireann
Government of Ireland