

# Modh-obrach Covid

An t-Sultain 2020

Ri fhaighinn ann an cruth mòr (16pt)  
agus gu didseatach.

Fios gu Rùnaire a' Phrionnsapail.

[www.smo.uhi.ac.uk](http://www.smo.uhi.ac.uk)



<b>Dreach</b>	<b>Ceann-là</b>	<b>Notaichean</b>
0.0	12/08/20	Dreach airson PRG (OGE)
1.0	17/08/20	Ciad dreach oifigeil
1.2	28/08/20	Dreach dheireannach
1.3	04/09/20	Air ùrachadh a-rèir stiùireadh ùraichte an Riaghaltais do dh'Oilthighean, Colaistean is Buidhnean liubhairt àiteachan-fuirich, air fhoillseachadh 01/09/20
1.4	08/09/20 (MNL/JF/NNT)	Ùrachadh a thaobh seòlaidhean agus ainm na Buidhne, stiùireadh ùr a thaobh dachaighean is fèin-iomallachd
1.5	24/09/20	Ùrachadh a thaobh còmhdhail airson deuchainn, fios gu oileanaich air brath-teacs is conaltradh leis na meadhanan HPT

## **Modh-obrach airson cùisean ChCOVID-19 am measg luchd-obrach is oileanaich Shabhal Mòr Ostaig**

### **1. Amas**

Tha Sabhal Mòr Ostaig (SMO) air Measaidhean Cunnairt agus modhan-obrach a chur an gnìomh gus casg a chur air sgaoileadh COVID-19, ach dh'fhaodadh gum bi suidheachaidhean ann fhathast far am bi luchd-obrach, oileanaich no luchd-mhàil nan oifisean tinn le comharran COVID-19. Tha an sgrìobhainn seo a' mìneachadh modh-obrach SMO nan tachradh sin.

**Nota:** Tha buidhnean riaghaltais air stiùireadh coileanta fhoillseachadh air mar a dhèiligear ri eisimpleirean de COVID-19 san àite-obrach. An àite a bhith a' dèanamh lethbhreac den fhiosrachadh fhèin, tha am modh-obrach seo a' toirt seachad ceanglaichean gu dìreach ris an stiùireadh air-loidhne bhuntainneach, gus dèanamh cinnteach gu bheil an-còmhnaidh a' cleachdadh an fhiosrachaidh as ùire

### **2. Farsaingeachd**

Tha an dòigh-obrach seo a' buntainn ris a h-uile suidheachadh far am bi luchd-obrach, oileanaich SMO no luchd-mhàil nan oifisean tinn le comharran COVID-19, ge bith càite a bheil iad.

### **3. Uallach**

#### **3.1 Ma tha buaidh air oileanach:**

- Bu chòir don oileanach fios a chur gu Taic Oileanach air post-d [covid@smo.uhi.ac.uk](mailto:covid@smo.uhi.ac.uk) no fòn: 01471 888 300. Bu chòir do Sheirbheisean Oileanach a' chiad cheum a chur an sàs agus fios a leigeil do chàch a-rèir nam modhan-obrach.
- Bidh uallach air an oileanach fhèin airson làn cho-obrachadh leis a' mhodh-obrach seo agus airson fios a chumail Seirbheisean Oileanach, mar an ceudna.
- Bu chòir do Sheirbheisean Oileanach fios a chur sa bhad do Bhuidheann Stiùiridh Covid-19 agus do dh'Oide Foghlaim Pearsanta (PAT) an oileanaich.

#### **3.2 Ma tha buaidh air neach-obrach no neach-obrach luchd-mhàil:**

- Faodaidh agus bu chòir do neach-obrach sam bith am modh-obrach seo a thòiseachadh ma tha iad fhèin agus / no co-obraiche tinn le comharraidhean COVID-19, agus cunntas a thoirt don Stiùiriche Chorporra
- Bidh uallach air an neach-obrach sin airson a bhith a' co-obrachadh gu h-iomlan leis a' mhodh-obrach seo agus airson fios a chumail ris an Stiùiriche Chorporra mun t-suidheachadh aca.

## 4. Modh-obrach

### 4.1 Cuir fios gu neach cunntachail

- Ma dh'fhàsas tu tinn, feumaidh tu fios a chur chun neach cunntachail gu h-àrd sa bhad.
- Bu chòir do luchd-teagaisg no luchd-taic fios a chur gu Stiùiriche an Fhoghlaim agus don Stiùiriche Chorporra sa bhad.
- Ma thachras cùis amharasach sam bith de COVID-19 air an làraich, bidh a' Bhuidheann Stiùiridh COVID-19 a' co-òrdanachadh na cùise.

### 4.2 Dè a dh'fheumar dèanamh ma dh'fhàsas cuideigin tinn le comharran COVID-19 nuair a tha e/i air an làraich?

Ma tha thu fhèin no duine sam bith san dachaigh agad (teaghlaichean oileanach nam measg):

- A bheil comharran sam bith de COVID-19 orra;
- A bheil cùis dhearbhte ann;
- An d' fhuair eadh fios bho Test and Protect mar neach a bh' ann an cuideachd neach air a bheil cùis Covid dhearbhte;
- A' feitheamh ri dearbhadh.

Feumaidh oileanach fèin-iomallachd a dhèanamh a-rèir stiùireadh Test and Protect anns na seòmraichean-cadail aca fhèin, ma tha iad fhèin no ball eile den dachaigh a' fàs tinn le COVID-19 no ma thathar ag iarraidh orra fèin-iomallachd a dhèanamh mar neach a bh' ann an cuideachd neach eile a chionn 's gu bheil iad a' fuireach ann an dachaighean singilte. Ma tha oileanach ag iarraidh fèin-iomallachd a dhèanamh anns an àite-fuirich fa leth againn faodaidh iad iarrtas a chur don sgioba làimhseachaidh Chovid againn.

Bu chòir do dh'oileanaich agus luchd-obrach neo-chòmhnaidh a dhol / fuireach aig an taigh agus iad fhèin a sgaradh leotha fhèin cho luath 's a chì iad comharraidhean agus cuidichidh a' Cholaiste leis a' phròiseas seo.

Bu chòir sùil a thoirt air làn fhiosrachadh mu na rudan air am bu chòir beachdachadh ann an earrann 2.3 de stiùireadh [Dìon Slàinte na h-Alba](#) airson suidheachaidhean neo-chùram slàinte.

### 4.3 Mar a dh'iarras tu Deuchainn COVID-19

Air amharas mu chomharran COVID-19, feumaidh tu ullachadh airson deuchainn fhaighinn tro [NHSInform.scot](#) no, mur urrainn dhut fhaighinn air-loidhne, cuir fòn gu 0800 028 2816.

Bu chòir làn fhiosrachadh mun phròiseas (air ainmeachadh mar deuchainn, lorg, aonaranachd, taic) a thoirt seachad anns an stiùireadh [Test & Trace](#) (tha an roinn Chomhairle airson fhastaichean a' toirt cunntas air a' phròiseas, a bhiodh a cheart cho freagarrach do luchd-obrach no oileanaich). Tha an stiùireadh sin a' mìneachadh dè cho fada is a th' agad ri fèin-iomallachd a dhèanamh a-rèir toraidhean deuchainn, agus mar a thèid lorg conaltraidh a dhèanamh.

Feuch agus gun dearbhaich thu le Seirbheisean Oileanach / Sgioba Làimhseachaidh Covid air post-d [covid@smo.uhi.ac.uk](mailto:covid@smo.uhi.ac.uk) gu bheil thu air deuchainn iarraidh, agus cuideachd fios nuair a tha thu air toraidhean deuchainn fhaighinn.

Ma tha deuchainn ri faighinn ann am Port Rìgh, no nas fhaide air falbh, tro uairean oifis, cuiridh SMO còmh-dhail air dòigh ann am bus na Colaiste do dh'oileanaich aig nach eil dòigh-siubhail no a tha ro thinn airson dràibheadh. Ma tha deuchainn ga cur air dòigh taobh a-muigh uairean oifis, tha a' Cholaiste air còmh-dhail a chur air dòigh le Kyle Taxis. Cuir fios gu Kyle Taxis / Kenny air 01599 534323 no 07720541215. Pàighidh a' Cholaiste airson tacsaidh gu deuchainn aig an àm ach dh'fheumadh oileanaich £20 a chur gu cosgais an tacsaidh. Ma tha duilgheadasan airgid aig oileanaich, faodar taic fhaighinn tro Sheirbheisean Oileanach.

#### **4.4 Test and Protect**

A-rèir an lagha, feumaidh a h-uile duine gèilleadh ris an t-siostam nàiseanta Test and Protect. Tha modhan soilleir an sàs airson faighinn a-mach cò th' air a bhith an cuideachd neach air a bheil COVID-19. Tha am fiosrachadh iomlan sgrìobhte anns an stiùireadh Test and Protect.

'S math dh'fhaoidte gum feum a' Cholaiste fiosrachadh conaltraidh aig luchd-obrach/oileanaich a thoirt seachad a-rèir Test and Protect tro chlàraidhean làthaireachd no clàraidhean luchd-obrach.

#### **4.5 Mar a nì thu fèin-iomallachd**

Thoir sùil air a' mhion-fhiosrachadh sin anns an stiùireadh Test & Protect.

Feumaidh oileanach fèin-iomallachd anns na seòmraichean-cadail aca fhèin. Bheir a' Cholaiste biadh is cùram dhaibh. Thèid iarraidh air oileanaich fuireach nan seòmraichean gus am bi an ùine fèin-iomallachd seachad. Thèid dèiligeadh ri luchd-obrach is oileanach nach lean an stiùireadh seo tron mhodh-obrach smachdachaidh iomchaidh mar eisimpleir de fìor dhroch-ghiùlan.

Bidh Seirbheisean Oileanach rim faighinn air-loidhne gus taic a thoirt do dh'oileanaich tro fhèin-aonaranachd.

Feuchaidh Roinn an Fhoghlaim ri ionnsachadh leantainneach air-loidhne a thoirt do dh'oileanaich a dh'fheumas a bhith leotha fhèin, a-rèir riatanasan cùrsa agus far a bheil oileanaich math gu leòr airson sgrùdadh (gu sònraichte ma dh'fheumas iad a bhith air an dealachadh mar bhall de theaghlach, far nach eil na daoine fhèin nan samhlaidhean).

#### 4.6 Glanadh raointean a dh'fhaodadh a bhith air an truailleadh às dèidh cùis fo sgrùdadh de COVID-19

Cho luath 's a bhios an neach air a dhol na aonar / air an làrach fhàgail, bidh am Manaidsear Aoi gheachd a' co-òrdanachadh glanadh raointean is uachdar air an tàinig a' chùis fo sgrùdadh gu conaltradh le bhith a' leantainn [di-thruailleadh COVID-19](#) ann an suidheachaidhean neo-chùram slàinte taobh a-muigh na dachaigh.

#### 4.7 Riaghladh sgaoilidh

Tha seo riatanach ma tha an dàrna cuid dà chùis ceangailte no barrachd (air an dearbhadh no fo sgrùdadh) de COVID-19 ann an suidheachadh taobh a-staigh 14 latha - far an deach sgaoileadh a chomharrachadh; no, àrdachadh ann an ìrean neo-làthaireachd luchd-obrach, ann an suidheachadh, mar thoradh air cùisean fo sgrùdadh no dearbhte de COVID-19.

Ma thachras sgaoileadh COVID-19, nì Stiùiriche nan Gnothaichean Corporra cinnteach gum faigh Sgioba Dìon Slàinte bòrd ionadail an NHS fios sa bhad:

HPT Gàidhealach  
01463 704886  
Switchboard Raigmore 01463 704 000  
[hpt.highland@nhs.net](mailto:hpt.highland@nhs.net)

Thèid brath-teacs a chur gu oileanaich ma dh'fheumar fèin-iomallachd èiginneach a chur an sàs air àrainn na Colaiste.

An co-obrachadh le riatanasan sònraichte bhon Sgioba Dìon Slàinte, nì Sgioba Freagairt COVID-19 cinnteach às na leanas:

- Thèid gluasad air an làraich a lùghdachadh airson 7-14 latha (no barrachd, le ùmhlachd do riatanasan HPT), leis a h-uile seòmair agus oifis dùinte;
- Bu chòir do dh'oileanaich fuireach taobh a-staigh an dachaighean anns na seòmraichean / cidsin aca, agus bu chòir dhaibh fuireach taobh a-staigh na h-àrainn fhad 's a bhios an sgaoileadh ionadail, mura h-eilear ag innse a chaochladh;
- Nuair a ghabhas e dèanamh, thèid clasaichean a ghluasad air-loidhne fhad 's a bhios glasadh ionadail ann. Bu chòir do dh'oileanaich innse don luchd-oideachaidh aca ma tha duilgheadas sam bith aca a bhith ag obair air-loidhne bho na seòmraichean aca;
- Gluaisidh biadh gu solar a h-uile biadh mar bhiadh a bheir na h-oileanaich leotha, a' lughdachadh conaltradh sam bith;
- Thèid rèiteachaidhean a chur an sàs airson riatanasan ceannach reusanta airson oileanaich tron bhùth air an làraich;
- Leanaidh luchd-glanaidh ceumannan dì-thruailleadh àrainneachd airson àiteachan sam bith air a bheil buaidh ma thig sgaoileadh ionadail;

- Bidh gach neach-obrach neo-riatanach ag obair bhon dachaigh sa bhad;
- Thèid ùrachaidhean cunbhalach tro phost-d a thoirt do luchd-obrach agus oileanaich, a bharrachd air fiosrachadh don choimhearsnachd san fharsaingeachd.

Ma dh'èireas cùisean de Covid-19, 's e an Sgioba Dìon Slàinte / Riaghaltas na h-Alba a dhèiligeas ri conaltradh mheadhanan / air an taobh a-muigh. Thathar ag iarraidh air oileanaich is luchd-obrach nach bruidhinn duine sam bith fa leth leis na meadhanan, gus nach èirich mì-chinnt air ceuman is obair slàinte phoblach an Sgioba Dìon Slàinte.

Tha tuilleadh stiùiridh ri fhaighinn anns an roinn Stiùireadh Sgaoilidh den [stiùireadh airson oilthighean](#). (Tha stiùireadh ann airson cholaistean co-ionann).

#### 4.8 Aithris RIDDOR

Is e **RIDDOR** (Riaghailtean Aithris air Leòn, Galaran agus Tachartasan Cunnartach) an siostam aithris leòn is galaran san àite-obrach san Rìoghachd Aonaichte. [Chan fheum cùisean COVID-19 a bhith air an aithris ach ma chaidh a chùmhnant tron àite-obrach](#). Feumaidh seo a bhith air aithris mar chùis galair. Thèid aithris RIDDOR a dhèanamh a rèir Poileasaidh Slàinte is Sàbhailteachd SMO le Ceannard Oighreachdan is Seirbheisean (Dòmhnall A. MacIllinnein) no, às aonais, Stiùiriche nan Gnothaichean Corporra (Nicola NicThòmais).

#### 5. Iomraidhean

[Stiùireadh Riaghaltas na h-Alba COVID-19](#) (air-loidhne)

[Stiùireadh Riaghaltas na RA COVID-19](#) (air-loidhne)

[Stiùireadh COVID-19 NHS Alba](#) (air-loidhne)

Poileasaidh Slàinte is Sàbhailteachd NHC (faic puing H&S)

Measaidhean Cunnairt co-cheangailte ri NHC COVID-19 (faic puing H&S)

#### 6. Ath-sgrùdadh

Is e 'sgrìobhainn bheò' a tha seo, a thèid ath-sgrùdadh le Ceannard Oighreachdan is Sheirbheisean gach mìos - no mar fhreagairt air suidheachaidhean ag atharrachadh agus stiùiridhean agus stiùireadh nàiseanta, roinne no OGE - ge bith dè as luaithe.

#### Cuir fios

##### Bhuidheann Stiùiridh Covid-19

Taic Oileanach

Stiùiriche Ghnothaichean Corporra

[covid@smo.uhi.ac.uk](mailto:covid@smo.uhi.ac.uk)

01471 888 300

01471 888 301

##### Seirbheisean Slàinte

Ospadal na Ràthaig Mòire

Fiosrachadh SNS

*Last updated: 25-09-20*

01463 704 000

0800 028 2816.