

Modh-obrach Covid

An t-Ògmhios 2021

Ri fhaighinn an cruth mòr (16pt) is cruth didseatach.

Cuir fios gu Rùnaire a' Phrionnsapail.

www.smo.uhi.ac.uk

Version	Date	Notes
0.0	12/08/20	Dreach airson PRG (OGE)
1.0	17/08/20	Ciad dreach oifigeil
1.2	28/08/20	Dreach deireannach
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 sheòlaidhean agus ainm na Buidhne, stiùireadh ùr a thaobh dhachaighean is fèin-iomallachd
1.5	24/09/20	Ùrachadh a thaobh còmh-dhail airson deuchainn, fios gu oileanaich air brath-teacs is conaltradh leis na meadhanan HPT
2.0	02/10/20	Dreach deireannach
3.0	18/06/21	Dreach ùr dha sgioba stiùiridh, prionnsabalan, sgrùdaidhean-cunnairt, banachdach is deuchainnean neo-shiomptamach, atharrachadh luchd-aithne.

Clàr-innse:

1	Ro-ràdh	3
2	Sgioba Stiùiridh Covid	3
3	Prionnsabalan obrach ri linn Covid	3
4	Sgrùdaidhean-cunnairt	4
5	Banachdach	4
6	Deuchainnean neo-shiomptamach	5
7	Fosgladh na h-àrainn	5
8	Modh-obrach airson cùis COVID-19 am measg luchd-obrach is oileanaich	6
9	Ath-sgrùdadh	9
10	Luchd-aithne	10

1. Ro-ràdh

Fhad 's a tha suidheachadh Covid19 a' leantainn, feumaidh Sabhal Mòr Ostaig beachdachadh air anns gach gnìomh gu h-àraid a thaobh oileanaich, luchd-obrach, luchd-tadhail agus luchd-màil air an àrainn. Tha an sgrìobhainn seo a' cur an cèill nam prionnsapalan obrach agus nam modhan-obrach airson Covid a stiùireadh thar na buidhne agus gu h-àraid air an àrainn.

2. Sgioba Stiùiridh Covid

'S ann le Sgioba Stiùiridh na Colaiste a tha dleastanasan co-dhùnaidh air cùisean Covid-19 agus tha e air ùghdarras a thoirt don Sgioba Stiùiridh Covid a tha a' coinneachadh gach seachdain. Tha cùisean Covid-19 gan aithris dhan a' Bhòrd Stiùiridh gach ràith. Tha an t-Oifigear Covid (Stiùiriche an Ionmhais an-dràsta) a' cumail taic ris an Sgioba Stiùiridh Covid agus na dleastanasan a leanas air an Sgioba Stiùiridh:

- Dèan cinnteach gu bheil a' Cholaiste a' gèilleadh ri stiùireadh Covid-19 gu lèir aig Riaghaltas na h-Alba a-rèir an stiùiridh as ùire cho math ri comhairle is stiùireadh iomchaidh do SMO bho bhuidhnean na roinne – Universities Scotland, Colleges Scotland, GTCS, OGE, NHS, Roinn na Slàinte is Cùram Sòisealta
- Dèan cinnteach gu bheil a' Cholaiste a' cumail ris na prionnsapalan an cois stiùireadh Coròna-bhìorais (COVID-19) do dh'oilthighean, colaistean is àiteachan-fuirich oileanach – 1 Sultain 2020 (faic Leas-phàipear A)
- Dèan cinnteach gu bheil sgrùdaidhean-cunnairt is modhan-obrach Covid-19 air an ùrachadh is gnìomhan gan cur an sàs gu sgiobalta.
- Cùm aithrisean air èifeachd ceuman Covid-19 làitheil am broinn na Colaiste agus ma tha atharrachaidhean a dhìth airson oileanaich is luchd-obrach a dhìon agus taic a chumail ri ionnsachadh is slàinte nan oileanach.
- Cùm clàr air gach ceum, gach modh-obrach ùr is dèan ath-mheas air gach sgrìobhainn on taobh a-muigh airson stiùireadh slàinte is sàbhailteachd iomchaidh air Covid-19 a thaisbeanadh.
- Dèan cinnteach gu bheil conaltradh air Covid-19 le oileanaich, luchd-obrach, luchd-màil is a' choimhearsnachd èifeachdach.
- Ma dh'èireas cùis no sgaoileadh Covid-19 air an àrainn, cuir na ceuman iomchaidh an sàs gu sgiobalta a-rèir Modh-obrach SMO air Sgaoileadh Covid.

Faodar fios a chur gu Sgioba Stiùiridh Covid na Colaiste aig covid@smo.uhi.ac.uk.

3 Prionnsabalan obrach ri linn Covid

Tha Sabhal Mòr Ostaig a' gabhail ri prionnsabalan roinn nan Colaistean airson dèanamh cinnteach gu bheil ag obrachadh ann an dòigh shàbhailte ri linn Covid. Nì a' Cholaiste na leanas fad na h-ùine:

- Tha slàinte is sàbhailteachd nan oileanach, luchd-obrach, luchd-tadhail, luchd-cùmhnaint agus na coimhearsnachd mar phrìomhachas ann an co-dhùnaidhean air lasachadh riaghailtean Covid sa Cholaiste.
- Nì sinn ath-sgrùdadh air teagasg, ionnsachadh is measadh airson dèanamh cinnteach gu bheil sùbailteachd fhreagarrach ann airson lìbhrigeadh àrd-ìre a choileanadh a leigeas leinn ionnsachadh a thabhann gu sàbhailte.
- Nì sinn ath-sgrùdadh gu cunbhalach air feuman sochaireach is slàinte-inntinn an luchd-obrach is nan oileanach agus cuiridh sinn ceuman dìon agus taic iomchaidh an sàs agus sgaoilidh sinn fios mar a thèid bacaidhean a lasachadh.
- Tha sinn mothachail gum bi buaidh aig an lèir-sgaoileadh air cuid a dh'oileanaich is luchd-obrach ann an diofar dhòighean (m.e. iad air neach-dàimh a chall no a' fulaing le dragh co-cheangailte ris an lèir-sgaoileadh).

- Bidh sinn a’ leantainn air sgrùdaidhean-cunnairt agus a’ cur cheuman an sàs airson luchd-obrach is oileanach a dhìon ann an goireasan trèanaidh sònraichte, mar eisimpleir anns an stiùidio agus airson ionnsachadh ciùil.
- Bidh sinn a’ conaltradh le luchd-obrach is oileanaich, mar eisimpleir Comann nan Oileanach, gus an tòisich tachartasan na Colaiste a-rithist gu sàbhailte.
- Bidh sinn ag ùrachadh dhòighean-obrach air glainnead, caitheamh sgudail is glanadh sa Cholaiste agus gan atharrachadh a-rèir comhairle ùr air slàinte phoblach gus an urrainn do dh’oileanaich, luchd-obrach is luchd-tadhail earbsa a chur annainn a thaobh an cuid slàinte.
- Bidh sinn a’ cur dhòighean-obrach an sàs stèidhichte air co-ionannachd, còraichean-daonna agus cunnartan airson slàinte is sàbhailteachd gach neach-obrach is oileanach a dhìon. Bidh CnanO agus luchd-obrach an sàs sa phròiseas seo.
- Leanaidh sinn dòigh-obrach stèidhichte air cunnartan airson slàinte is sàbhailteachd an luchd-obrach, oileanaich is luchd-tadhail a dhìon.

4 Sgrùdaidhean-cunnairt

Tha na sgrùdaidhean-cunnairt a leanas nam pàirt de dhòigh-obrach na Colaiste stèidhichte air làimhseachadh cunnairt airson slàinte is sàbhailteachd a h-uile duine air an àrainn a ghleidheadh agus sgrùdadh a dhèanamh air na tachartasan a dh’fhaodas tachairt a thuilleadh air prìomh Chlàr Cunnairt na Colaiste:

- Ath-fhosgladh na h-àrainn is sgrùdaidhean-cunnairt (Ògmhios 20 is Cèitean 21)
- Sgrùdadh-cunnairt air togalaichean is oighreachdan (ùraichte Ògmhios 21)
- Sgrùdadh-cunnairt glanadh is glainnead aoidheachd (ùraichte Ògmhios 21)
- Sgrùdadh-cunnairt ullachadh is caitheamh bidhe (ùraichte Ògmhios 21)
- Sgrùdadh-cunnairt luchd-obrach fa-leth (ùraichte Cèitean 21)
- Sgrùdadh Àite-obrach / Dleastanas obrach (ùraichte Ògmhios 21)
- Sgrùdaidhean-cunnairt air cùrsaichean / gnìomhan / tachartasan fa-leth mar as iomchaidh.

5 Bhanachdach

Tha a’ bhanachdach ri faighinn a-nis agus an t-Seirbheis Shlàinte ga sgaoileadh don mhòr-shluagh. Tha Sabhal Mòr Ostaig ag iarraidh air an luchd-obrach, oileanaich is luchd-tadhail a’ bhanachdach faighinn nuair a gheibhear cuireadh bhon dotair. Thathar ag iarraidh air luchd-obrach fios a leigeil do Sgiobachd (mf.smo@uhi.ac.uk) an dèidh a’ bhanachdach faighinn mar phàirt den sgrùdadh-chunnairt phearsanta. Chan eil e riatanach gun innis luchd-obrach fiosrachadh meidigeach pearsanta do dh’fhastaiche ach cha b’ fhuilear dhuinn fios a bhith againn gus an cùm sinn taic ri do dhleastanasan agus ri do shuidheachadh san àite-obrach.

Bho 26 Giblean 2021, tha Riaghaltas na h-Alba air [stiùireadh ùr](#) a chur an cèill dhaibhsan a tha a’ cumail air leth bho chàch agus cumar sùil air seo nuair a thathar a’ sgrùdadh tilleadh don àite-obrach.

6 Deuchainnean neo-shiomptamach

Leis gum bi an àrainn a’ fosgladh às ùr san Ògmhios 2021, bidh a’ Cholaiste a’ tairgsinn dà dheuchainn neo-shiomptamach gach seachdain do luchd-obrach is oileanaich mar phàirt de dh’iomairt Riaghaltas na h-Alba airson foghlam a libhrigeadh a tha sàbhailte ri linn Covid.

Thathar a’ tairgsinn dà dheuchainn do luchd-obrach is oileanaich (Cùrsaichean Goirid agus Foghlam Àrd-ìre) gach seachdain. Tha pasganan de 7 rim faighinn aig an ionad-fàilte no tha iad rim faighinn air-loidhne aig www.nhsinform.scot. Bu chòir do dh’oileanaich an dèanamh sna seòmraichean aca fhèin. Faodaidh luchd-obrach an dèanamh aig an taigh mus tig iad a dh’obair no san t-seòmar dheuchainn aig ACC.

Ma tha an deuchainn agad dearbhach bidh agad ri fèin-iomallachd a dhèanamh agus deuchainn dhearbhaidh fhaighinn cho luath is a ghabhas:

- Cuir fios gu Sgioba Covid covid@smo.uhi.ac.uk agus don mhanaidsear agad / seirbheisean oileanach cho luath is a ghabhas.
- Bu chòir do dh'oileanaich fèin-iomallachd a dhèanamh san t-seòmar aca fhèin (le taic sgioba Aoigheachd) agus bu chòir do luchd-obrach fèin-iomallachd a dhèanamh aig an taigh.
- Gheibh oileanaich air an làraich deuchainn PCR bho Aoigheachd tron phost airson dearbhadh. Chan eil an t-seirbheis seo ri faighinn ach do dh'oileanaich.
- Bu chòir do luchd-obrach fios a chur don mhanaidsear aca sa bhad, bu chòir dhaibh tilleadh dhachaigh agus fios a chur gu Test and Protect aig www.nhsinform.scot no 0800 028 2816.

7 Fosgladh àrainn na Colaiste

Bu chòir seo a leughadh cuide ri stiùireadh iomlan an t-Sabhail Mhòir air cleachdadh àiteachan-obrach is goireasan coitcheann air làrach na Colaiste.

Faodaidh Sabhal Mòr Ostaig, mar cholaiste, a bhith fosgailte airson ionnsachadh measgaichte aig ìrean Dìon Covid 0-2 agus ionnsachadh measgaichte cuingealaichte aig ìrean 3-4. Cha b' urrainn don t-Sabhal Mhòr obrachadh air an àrainn aig na h-ìrean nas isle a chionn is nach eil ionnsachadh measgaichte cuingealaichte a' leigeil ach le àireamh bheag air an àrainn le cuspairean prataigeach. Feumar grunn cheuman a leantainn ma tha a' Cholaiste gu bhith fosgailte:

- 7.1 Feumar gach tachartas le buidhnean eadar-dhealaichte aontachadh leis a' Bhuidhinn Covid ro làimh mus faighear cead a dhol air adhart.
 - Feumar sgrùdadh-cunnairt a lìonadh mar phàirt den phròiseas aontachaidh.
 - Bidh bacadh air tachartasan a bharrachd air sgàth àireamhan ceadaichte ann an seòmraichean is sa bhiadhlann (àireamhan ceadaichte rim faighinn bhon Bhuidhinn Covid).
 - Nì sinn ar n-uile dicheall gus nach bi buidhnean eadar-dhealaichte a' measgachadh le chèile no feumach air goireasan aig an aon àm.
- 7.2 Feumaidh gach neach-tadhail clàradh far a bheil iad an dèidh a thighinn a-steach don togalach gach latha air an aplacaid Check-in Scotland. Tha còd QR aig gach togalach a dh'fheumar scanadh an dèidh a thighinn a-steach. Mura h-eile Fòn Glic agad a scanas còdan QR, bu chòir dhut fios a chur dhan ionad-fàilte aig ACC. Tha an aplacaid Check-in Scotland ri faighinn an seo:
<https://apps.apple.com/gb/app/check-in-scotland/id1539185166>
https://play.google.com/store/apps/details?id=scot.nhs.nss.checkin&hl=en_GB&gl=US
- 7.3 Tha masgaichean riatanach airson luchd-obrach is oileanaich ann an carbadan na Colaiste is àiteachan poblach na Colaiste, mar eisimpleir a' bhùth, an Leabharlann, slighean coiseachd no coiseachd sa bhiadhlann, ACH anns na h-àiteachan/suidheachaidhean a leanas:
 - 7.3.1 A' suidhe sa bhiadhlann le astar 1m+ fhad 's a thathar ag ithe;
 - 7.3.2 A' suidhe ann an seòmraichean-teagaisg, le astar 2m;
 - 7.3.3 Bu chòir aire a thoirt do dhaoine nach urrainn masg a chosg air adhbharan slàinte.
- 7.4 Bu chòir cumail ri astar 2m fad na h-ùine air an àrainn, agus an àiteachan teagaisg, ach:
 - 7.4.1 Nuair a tha obair nas dlùithe riatanach is PPE ga thoirt seachad (a-rèir sgrùdadh-cunnairt).
 - 7.4.2 Ann an slighean coiseachd far nach urrainnear cumail ri 2m; feumar masgaichean a chosg.
- 7.5 Feumaidh gach neach air an àrainn cumail ri dòighean math glainneid fad an t-siubhail agus:
 - 7.5.1 Ionadan glanaidh a chleachdadh aig dorsan thogalaichean.

- 7.5.2 Làmhnan a nighe gu cunbhalach fad 20 diog is an tiormachadh gu ceart – ro/an dèidh biadh agus an dèidh a dhol dhan taigh-bheag.
- 7.5.3 Nèapraigear no uilinn a chleachdadh airson casad no sreothairt agus nèapraigearan a chur sa bhine sa bhad.
- 7.5.4 Glan bùird / uidheam co-roinnte (m.e. clò-bhualadairean) le suathagan glainnidh ro/an dèidh an cleachdadh.

7.6 Coinneamhan is cleachdadh àiteachan poblach:

- 7.6.1 Cùm gach coinneamh air-loidhne mas urrainn. Cha bu chòir coinneamhan aghaidh ri aghaidh a bhith ann ach ma dh'fheumas agus astarachadh sòisealta ann fad an t-siubhail. (Ma tha e riatanach, dèan sgrùdadh-cunnairt agus cuir ceuman a bharrachd an sàs.)
- 7.6.2 Cha bu chòir oifisean a cho-roinn (ach aig amannan diofraichte no a-rèir Sgrùdadh-cunnairt ann an oifisean mòra.)
- 7.6.3 Bu chòir masgaichean a chosg nuair a thathar a' dèanamh tì is cofaidh a chionn is gur e àiteachan poblach a th' ann an cidsinean. Dèan tì no cofaidh dhut fhèin a-mhàin, cleachd siabann/stuth glanaidh agus glan na rudan ris an do bhean thu.

8. Modh-obrach airson cùisean COVID-19 am measg luchd-obrach is oileanaich Shabhal Mòr Ostaig

8.1. 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.

Fios: 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 cheanglaichean gu dìreach dhan stiùireadh bhuntainneach air-loidhne, gus dèanamh cinnteach gu bheil an-còmhnaidh a' cleachdadh an fhiosrachaidh as ùire.

8.2. Farsaingeachd

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

8.3. Uallach

8.3.1 Ma tha buaidh air oileanach HE:

- Bu chòir don oileanach fios a chur gu Taic Oileanach air post-d 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 ri Sheirbheisean Oileanach, mar an ceudna.
- Bu chòir do Sheirbheisean Oileanach fios a chur sa bhad don Bhuidheann Stiùiridh Covid-19 agus do dh'Oide Foghlaim Pearsanta (PAT) an oileanaich.

8.3.2 Ma tha buaidh air oileanach FE no neach air cùrsa / tachartas:

- Bu chòir don neach fios mun tinneas a chur air post-d gu covid@smo.uhi.ac.uk no gu Aoigheachd air 01471 888 000.
- Tha e mar dhleastanas air an oileanach co-obrachadh leis a' phròiseas seo agus fios a chur gu Seirbheisean Oileanach.
- Bu chòir don Roinn Aoigheachd fios a chur sa bhad don Bhuidhinn Stiùiridh Covid-19 agus stiùiriche a' chùrsa.

8.3.3 Ma tha buaidh air neach-obrach no neach-obrach luchd-màil:

- 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 Oifigear Covid no gu covid@smo.uhi.ac.uk.
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 Oifigear Chovid mun t-suidheachadh aca.

8.4. Modh-obrach

8.4.1 Cuir fios gu neach cunntachail

- Ma dh'fhàsas tu tinn, feumaidh tu fios a chur chun neach chunntachail gu h-àrd sa bhad.
- Bu chòir do luchd-teagaisg no luchd-taic fios a chur gu Stiùiriche an Fhoghlaim agus don Stiùiriche Ionmhais 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.

8.4.2 Dè dh'fheumar a dhèanamh ma tha cuideigin a' fàs tinn le comharran COVID19 air an làraich no ma gheibhear fios bho Test and Protect?

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

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

A-rèir stiùireadh Test and Protect, feumaidh oileanaich is luchd-tadhail fèin-iomallachd a dhèanamh sna seòmraichean-cadail aca ma dh'fhàsas iad fhèin no neach eile san dachaigh oileanach tinn le comharran Covid-19 no ma thèid iarraidh orra fèin-iomallachd a dhèanamh air sgàth is gun robh iad an cuideachd neach air a bheil comharran Covid. Faodaidh oileanach fèin-iomallachd a dhèanamh anns a' ghoireas fa leth againn an dèidh iarrtas a chur dhan Sgioba Stiùiridh Covid.

Bu chòir do dh'oileanaich nach eil a' fuireach aig a' Cholaiste agus luchd-obrach tilleadh dhachaigh airson fèin-iomallachd ma tha comharran Covid19 orra agus bheireadh a' Cholaiste taic dhaibh an uair sin.

Tha an tuilleadh fiosrachaidh ann an roinn 2.3 den stiùireadh airson shuidheachaidhean taobh a-muigh cùram-slàinte aig [Health Protection Scotland](https://www.healthprotection.scot.nhs.uk/).

8.4.3 Mar a gheibh thu Deuchainn COVID19

Ma tha oileanaich, agus oileanaich air Cùrsaichean Goirid, an amharas gu bheil COVID19 orra, faodaidh iad deuchainn PCR fhaighinn bhon Roinn Aoigheachd a chuireas na toraidhean air adhart.

Feumaidh luchd-obrach is luchd-tadhail eile deuchainn a chur air dòigh tro [NHSInform.scot](https://www.nhs.uk/inform-scot) no 0800 028 2816.

Bu chòir sùil a thoirt air fiosrachadh iomlan a' phròiseis san stiùireadh [Test & Protect](#). Tha an stiùireadh a' mìneachadh dè cho fad is a bu chòir fèin-iomallachd a bhith a-rèir na deuchainn agus cò ris am bi treusadh luchd-co-thadhail coltach.

Cuir fios don Sgioba Stiùiridh Covid air post-d covid@smo.uhi.ac.uk ma tha thu air deuchainn iarraidh agus an dèidh toraidhean na deuchainn fhaighinn.

Ma tha deuchainn ri faighinn ann am Port Rìgh no nas fhaide air falbh rè uairean-oifis na Colaiste, cuiridh sinn am bus againn air dòigh do dh'oileanaich aig nach eil còmhhdail no a tha ro thinn airson draibheadh. Ma bhios an deuchainn taobh a-muigh uairean-oifis na Colaiste tha aonta ann le Kyle Taxis a bheireadh lioft don oileanach. Cuir fios gu Kyle Taxis / Kenny air 01599 534323 no 07720541215. Pàighidh a' Cholaiste airson taxi ri linn deuchainn Covid ach dh'fheumadh an t-oileanach £20 a chur cosgais an tagsaidh. Ma tha duilgheadas ionmhais aig oileanach gheibhear taic tro Sheirbheisean Oileanach.

8.4.4 Deuchainn is Dìon / 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.

8.4.5 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 dh'fior dhroch-ghiùlan.

Bidh Seirbheisean Oileanach rim faighinn air-loidhne gus taic a thoirt do dh'oileanaich tro fhèin-iomallachd. Feuchaidh Roinn an Fhoghlaim ri ionnsachadh leantainneach air-loidhne a thoirt do dh'oileanaich a dh'fheumas a bhith leotha fhèin, a-rèir riathanasan 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).

8.4.6 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 Aigheachd a' co-òrdanachadh glanadh raointean 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.

8.4.7 Stiùireadh Sgaoilidh

Tha seo riathanach 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, nithear cinnteach gum faigh Sgioba Dìon Slàinte bòrd ionadail an NHS fios sa bhad:

HPT Gàidhealtachd
01463 704886
Switchboard Raigmore 01463 704 000

hpt.highland@nhs.net

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

An co-obrachadh le riathanasan 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 riathanasan HPT), leis a h-uile seòmar 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 bhìadh a bheir na h-oileanaich leotha, a' lughdachadh conaltradh sam bith;
- Thèid rèiteachaidhean a chur an sàs airson riathanasan 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).

8.4.8 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 chùmhnannt 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, leis an Oifigear Chovid (Janey Forgan).

8.5. Iomraidhean

[Scottish Govt COVID19 guidance](#) (air-loidhne)

[UK Govt COVID19 guidance](#) (air-loidhne)

[NHS Scotland COVID19 guidance](#) (air-loidhne)

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

NHC COVID19-related Risk Assessments (see H&S sharepoint)

9. 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.

10. Cuir fios

Sgioba Stiùireadh
Oifigear Covid
Taic Oileanach

covid@smo.uhi.ac.uk

01471 888 210 (thèid seo gu fòn-làimh taobh a-muigh uairean-oifis)
01471 888 300

Seirbheisean Slàinte

Ospadal na Ràthaig Mòire
NHS Inform

01463 704 000
0800 028 2816.