ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

លេខៈ ៥០ អយក.សណន

សេចក្ដីណែនាំស្ដីពី
គោលការណ៍ប្រតិបត្តិស្តង់ដាសម្រាប់
ការលើកកម្ពស់សុខភាព និងសុវត្ថិភាពសិក្សា
ក្នុងការបង្រៀន និងរៀនតាមបណ្ដុំ សម្រាប់គ្រឹះស្ថានសិក្សាសាធារណៈ និងឯកជន

ដើម្បីពង្រឹងយន្តការលើកកម្ពស់សុខភាព និងសុវត្ថិភាពសិក្សា ក៏ដូចជាការរួមចំណែកកាត់បន្ថយហានិភ័យ ការបង្ការ ទប់ស្កាត់ និងគ្រប់គ្រងការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-១៩ ឱ្យកាន់តែមានប្រសិទ្ធភាព ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡាសូមធ្វើការណែនាំដល់គណៈគ្រប់គ្រងគ្រឹះស្ថានសិក្សាសាធារណៈ និងឯកជន ដូចខាងក្រោម៖

១- ការបង្កើតគណៈកម្មការសុខភាពសិក្សានៅតាមគ្រឹះស្ថានសិក្សា

- ត្រូវបង្កើត និងពង្រឹងភារកិច្ចរបស់គណៈកម្មការសុខភាពសិក្សា នៅតាមគ្រឹះស្ថានសិក្សាដោយកំណត់សមាសភាព និងភារកិច្ចច្បាស់លាស់ ស្របតាមបទដ្ឋានគតិយុត្តដែលមានជាធរមាន
- រៀបចំបន្ទប់សុខភាពក្នុងគ្រឹះស្ថានសិក្សា ដោយបំពាក់នូវសម្ភារៈចាំបាច់សម្រាប់សង្គ្រោះបឋម និងឧបករណ៍វាស់ស្ទង់កម្ដៅ ម៉ាស់ ទឹកអាល់កុល ឬ អាល់កុលជែល សម្រាប់ប្រើប្រាស់ប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំផែនការសកម្មភាព លើកកម្ពស់សុខភាព សុវត្ថិភាពសិក្សា ដាក់បញ្ចូលក្នុងផែនការប្រតិបត្តិប្រចាំឆ្នាំរបស់គ្រឹះស្ថានសិក្សានីមួយៗ
- សហការជាមួយអ្នកពាក់ព័ន្ធ និងកៀរគរប្រភពធនធានសម្រាប់អនុវត្តកម្មវិធីលើកកម្ពស់សុខភាពសិក្សា
- ធ្វើការសម្រេចចិត្តក្នុងផ្អាកដំណើរការរៀនតាមបណ្ដុំ ឬការបិទសាលារៀនជាបណ្ដោះអាសន្នករណីមានការពាក់ព័ន្ធជំងឺឆ្លង ឬករណីមានប្រធានស័ក្ត និងត្រូវជូនដំណឹងដល់អ្នកពាក់ព័ន្ធដើម្បីលើកដែនការអន្តរាគមន៍បន្ទាន់
- គ្រប់គ្រង តាមដាន វាយតម្លៃ និងចងក្រងទិន្នន័យស្ថិតិ និងសូចនាករពាក់ព័ន្ធនឹងការអនុវត្តកម្មវិធីលើកកម្ពស់សុខភាពសិក្សាគ្រប់ជ្រុងជ្រោយ
- រៀបចំរបាយការណ៍ពីវឌ្ឍនភាព នៃការអនុវត្តកម្មវិធីលើកកម្ពស់សុខភាពសិក្សាជូនអ្នកពាក់ព័ន្ធតាមឋានានុក្រម។

២- វិធានការសុវត្ថិភាព និងអនាម័យ

- ត្រូវវាស់ស្ទង់កម្ដៅអ្នកសិក្សា បុគ្គលិកអប់រំ និងអ្នកដទៃទៀតមុនអនុញ្ញាតឱ្យចូលបរិវេណគ្រឹះស្ថានសិក្សា

- អ្នកសិក្សា និងបុគ្គលិកអប់រំត្រូវពាក់ម៉ាស់ឱ្យបានជាប្រចាំ ត្រូវពាក់ម៉ាស់ ដែលអាចបង្ការការឆ្លងរោគរាតត្បាតនៃជំងឺកូវីដ-១៩ ហើយត្រូវទុកដាក់ក្នុងធុងសំរាមឱ្យបានត្រឹមត្រូវបន្ទាប់ពីការប្រើប្រាស់រួច
- ត្រូវលាងសម្អាតដៃជាមួយទឹកស្អាតនិងសាប៊ូ ឬទឹកអាល់កុល ឬអាល់កុលជែល ពេលចូលបរិវេណគ្រឹះស្ថានសិក្សា មុនចូលបន្ទប់រៀនតាមបណ្តុំ មុនពេលបរិភោគអាហារ បន្ទាប់ពីក្អក ឬកណ្តាស់ ក្រោយពេលចេញពីបង្គន់អនាម័យឱ្យបានញឹកញាប់
- រៀបចំឱ្យមានគម្លាតសុវត្ថិភាពនៅគ្រប់ទីតាំងរៀនតាមបណ្តុំ ក្នុងគ្រឹះស្ថានសិក្សា រួមទាំងទីតាំងតុកៅអី ក្នុងបន្ទប់រៀន យ៉ាងតិច ១ម៉ែត្រកន្លះពីគ្នា ដោយកំណត់រូបភាព ជាការរៀនតាមបណ្តុំ ដែលមានចំនួនតិចជាង ១៥ នាក់។

៣- បរិក្ខារអនាម័យ

- រៀបចំបរិក្ខារលាងសម្អាតដៃឱ្យបានច្រើនកន្លែងនៅជិតច្រកចេញចូលគ្រឹះស្ថានសិក្សា ទីតាំងរៀនតាមបណ្តុំ និងកន្លែងចាំបាច់ផ្សេងទៀតដោយមានសាប៊ូ និងទឹកស្អាតប្រើប្រាស់ជាប្រចាំសមស្របតាមតម្រូវការរបស់អ្នកសិក្សា បុគ្គលិកអប់រំ និងបុគ្គលិកបម្រើការផ្សេងទៀត
- សិស្សទាំងអស់ត្រូវមានទឹកស្អាតសម្រាប់ទទួលទានយ៉ាងតិច៥០០មីលីលីត្រ ក្នុងមួយវេនសិក្សា ដោយយកពីផ្ទះឬពីប្រភពផ្សេងទៀត
- ត្រូវមានបង្គន់អនាម័យដែលអាចប្រើប្រាស់បានយ៉ាងតិចមួយសម្រាប់សិស្សប្រុសនិងមួយសម្រាប់សិស្សស្រីក្នុងគ្រឹះស្ថានសិក្សា
- ត្រូវមានធុងសំរាមយ៉ាងតិចមួយសម្រាប់ដាក់សំរាមដែលបានប្រមូលក្នុងគ្រឹះស្ថានសិក្សា
- ត្រូវបិទផ្សព្វផ្សាយ និងបង្រៀនអំពីវិធីសាស្ត្រក្នុងការលាងសម្អាតដៃនិងសាប៊ូ
- រៀបចំបម្រុងម៉ាស់ សាប៊ូ ទឹកអាល់កុល ឬអាល់កុលជែល
- ត្រូវពិនិត្យជួសជុលនិងសម្អាតបង្គន់អនាម័យដើម្បីធានាថាបង្គន់ទាំងអស់ប្រើប្រាស់បានមានទឹកស្អាត កន្លែងលាងសម្អាតដៃ សាប៊ូ និងធុងសំរាមនៅក្បែរគ្រប់វេនសិក្សា។

៤- ការធ្វើតេស្តរហ័សអង់ទីហ្សែនកូវីដ-១៩

- ត្រូវស្វែងយល់ពីវិធីប្រើឧបករណ៍តេស្តរហ័សអង់ទីហ្សែនកូវីដ-១៩(សូមចុចលើតំណភ្ជាប់ https://m.facebook.com/www.mptc.gov.kh/videos/537263987717991/ ឬស្កេន QR Code ដើម្បីទស្សនាវីដេអូស្តីពីការប្រើឧបករណ៍តេស្តរហ័សអង់ទីហ្សែនកូវីដ-១៩
- ត្រូវរៀបចំផែនការធ្វើតេស្តរហ័សតាមបែបជម្រើសដោយចៃដន្យ ដែលមានលក្ខណៈជាវដ្ត និងសមស្របនឹងហានិភ័យស្ថាប័ន ឬ អង្គភាព និងប្រព្រឹត្តទៅជាប្រចាំលើអ្នកសិក្សា និងបុគ្គលិកអប់រំចំនួនយ៉ាងតិច ៥% ទៅ 10% នៃបុគ្គលិកអប់រំក្នុងស្ថាប័ន ឬ អង្គភាព(ដោយក្នុងសំណាកនីមួយៗត្រូវមានបុគ្គលិកដែលមានទីតាំងលំនៅដ្ឋានក្នុងតំបន់ខុសៗគ្នា)។ ផែនការនេះគួរធានាថាបុគ្គលិកអប់រំទាំងអស់ដែលមានវត្តមាននៅបរិវេណស្ថាប័ន ឬអង្គភាពទទួលបានការធ្វើតេស្តរហ័សជាប្រចាំ (យ៉ាងតិច១ដងក្នុងចន្លោះ ១ ទៅ២សប្តាហ៍
- កំណត់បុគ្គលិកដែលមានហានិភ័យខ្ពស់ ដូចជាបុគ្គលិកដែលមានការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយបុគ្គលិកផ្សេងទៀតឬមនុស្សក្រៅស្ថាប័នឬអង្គភាពច្រើន រួចធ្វើតេស្តរហ័សឱ្យញឹកញាប់លើបុគ្គលទាំងនោះ

- ប្រសិនបើមានករណីវិជ្ជមាន ឬមានការផ្ទុះជំងឺកូវីដ-១៩ ត្រូវអនុវត្តតាមគោលការណ៍ណែនាំប្រតិបត្តិស្តីពីការប្រើប្រាស់តេស្តរហ័សរកអង់ទីហ្សែនកូវីដ-១៩
- ក្នុងករណីមានលទ្ធផលតេស្តរហ័សវិជ្ជមានលើបុគ្គល ដែលត្រូវបានចាត់ទុកថាជាបុគ្គលមានហានិភ័យ(ឧទា.ស្នាក់នៅតំបន់មានអត្រាប្រេវ៉ាឡង់នៃការចម្លងទាប និងមិនមានការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយអ្នកផ្ទុកមេរោគកូវីដ-១៩) ស្ថាប័ននោះត្រូវដាក់បុគ្គលនោះនៅដោយឡែកនិងស្នើឱ្យស្នើឱ្យមានការធ្វើតេស្តPCRបញ្ជាក់មុននឹងបញ្ជូនបុគ្គលនោះទៅព្យាបាល
- អាជ្ញាធរមានសមត្ថកិច្ច អាចផ្តល់ការសម្របសម្រួល កិច្ចសហការនិងគាំទ្រ ទាំងធនធាន ឧបករណ៍ សម្ភារនិងបច្ចេកទេស ។

៥- ការចាក់ថ្នាំបង្ការ

- អ្នកសិក្សា និងបុគ្គលិកអប់រំត្រូវចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកូវីដ-១៩ ឱ្យបានគ្រប់ៗគ្នា
- ត្រូវបង្ហាញប័ណ្ណចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកូវីដ-១៩ មុនពេលចូលគ្រឹះស្ថានសិក្សា
- អ្នកសិក្សា និងបុគ្គលិកអប់រំ ដែលមិនបានចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកូវីដ-១៩ មិនគួរអនុញ្ញាតឱ្យចូលក្នុងបរិវេណគ្រឹះស្ថានសិក្សា ឬ ការរៀនតាមបណ្តុំ ប៉ុន្តែត្រូវបង្រៀននិងរៀនតាមប្រព័ន្ធអនឡាញ
- ចំពោះអ្នកសិក្សា និងបុគ្គលិកអប់រំដែលមានជំងឺប្រចាំកាយ ឬអាយុច្រើន គួរអនុញ្ញាតឱ្យបង្រៀន និងរៀនតាមប្រព័ន្ធអនឡាញ។

៦- សុវត្ថិភាពចំណីអាហារ

- ត្រូវណែនាំនិងផ្សព្វផ្សាយដល់មាតាបិតានិងអ្នកអាណាព្យាបាលសិស្សឱ្យយកចិត្តទុកដាក់ចំណីអាហារប្រកបដោយសុវត្ថិភាព និងសុខភាពត្រឹមត្រូវ
- អ្នកសិក្សា និងបុគ្គលិកអប់រំទាំងអស់ គួរយកចំណីអាហារ និងទឹកពីផ្ទះរៀងៗខ្លួនដើម្បីទទួលទាននៅតាមគ្រឹះស្ថានសិក្សា និងមិនត្រូវចែកម្ហូបអាហារគ្នា អង្គុយជិតគ្នាពេលបរិភោគ ដើម្បីក្សោកម្លាតសុវត្ថិភាព
- ផ្អាកការលក់ចំណីអាហារនៅខាងក្នុងនិងខាងក្រៅជាប់គ្រឹះស្ថានសិក្សា រហូតមានការណែនាំជាថ្មី
- ករណីដែលមានការអនុវត្តកម្មវិធីផ្តល់អាហារតាមសាលារៀន ដែលមានស្តង់ដាសុវត្ថិភាពខ្ពស់ គ្រឹះស្ថានសិក្សាអាចពិចារណាអនុវត្តបានដោយមានការយល់ព្រមជាមុនពីអាជ្ញាធរអប់រំ ឬស្ថាប័នមានសមត្ថកិច្ច។

៧- ការថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្ត

- ស្វែងយល់ពីអាការៈនៃការតានតឹងផ្លូវចិត្ត ដែលមានដូចជា ៖ ការចង់ចាំចុះខ្សោយ ពិបាកផ្ចង់អារម្មណ៍ ពិបាកក្នុងការសម្រេចចិត្ត គិតអវិជ្ជមាន ក្រៀមក្រំចិត្ត ភ័យខ្លាច ធុញថប់ ឆេវឆាវ អស់សង្ឃឹម មានបញ្ហាដំណេក ញ៉ាំអាហារច្រើនពេក ឬ តិចពេក ឆាប់នឿយហត់និងអស់កម្លាំង ឈឺក្បាល រៃលមុខ ឬរោយកញ្ចឹងក ពិបាកដកដង្ហើម ឬចង្វាក់បេះដូងដើរញាប់ វង្វេងវង្វាមិនទៀង ប្រព័ន្ធភាពស៊ាំពងកាយចុះខ្សោយ...
- គ្រប់គ្រងការតានតឹងផ្លូវចិត្ត និងវិធីថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្តដូចជា ៖ បរិភោគអាហារ ទទួលទានទឹក និងសម្រាកឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ ធ្វើលំហាត់ប្រាណទៀងទាត់ អនុវត្តលំហាត់ដកដង្ហើម ឬសមាធិ ចំណាយ

ពេលវេលាជាមួយមនុស្សជាទីស្រលាញ់របស់ខ្លួន ធ្វើអ្វីដែលអ្នកអាចធ្វើបានដើម្បីជួយអ្នកដទៃ ជៀសវាងការសេពគ្រឿងញៀន គ្រឿងស្រវឹង ជក់បារី និងប្រើប្រាស់ឱសថដែលគ្មានវេជ្ជបញ្ជាត្រឹមត្រូវ

- ស្វែងរកជំនួយពីអ្នកជំនាញឯកទេសវិកលវិទ្យា និងអ្នកចិត្តសាស្ត្រ ដែលទទួលស្គាល់ដោយក្រសួងសុខាភិបាល ក្នុងករណីចាំបាច់ ។

ថ្ងៃចន្ទ ៧កើត ខែភទ្របទ ឆ្នាំឆ្លូវ ត្រីស័ក ព.ស. ២៥៦៥

រាជធានីភ្នំពេញ ថ្ងៃទី ១៣ ខែកញ្ញា ឆ្នាំ២០២១

រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

បណ្ឌិតសភាចារ្យ ហង់ជួន ណារ៉ុន

ចម្លងជូន៖
- រដ្ឋបាលរាជធានី ខេត្ត
- ខុទ្ទកាល័យក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា
- គ្រប់អង្គភាពក្រោមឱវាទក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា
- គ្រប់មន្ទីរអប់រំ យុវជន និងកីឡារាជធានី ខេត្ត
- សមាគមគ្រឹះស្ថានឧត្តមសិក្សាកម្ពុជា
  "ដើម្បីអនុវត្ត"
- កាលប្បវត្តិ
- ឯកសារ នាយកដ្ឋានរដ្ឋបាល