



Рекомендации для тех, кто остается на рабочих местах:



ОБЕСПЕЧИТЬ ОПТИМАЛЬНЫЙ РЕЖИМ РАБОТЫ:

максимально сократить массовые мероприятия, совещания, конференции; отменить командировки, за исключением носящих неотложный характер; ввести гибкий график работы



НЕ ДОПУСКАТЬ К РАБОТЕ

работников с признаками респираторного заболевания (входная термометрия)



ПРОВЕТРИВАТЬ КАБИНЕТЫ



ОБЕСПЕЧИТЬ СРЕДСТВАМИ ДЛЯ ДЕЗИНФЕКЦИИ РУК



УВЕЛИЧИТЬ ВРЕМЯ РАБОТЫ СТОЛОВЫХ

в целях исключения скопления людей в обеденный перерыв и организовать еду «на вынос», использовать одноразовую посуду



ЧАСТО ПРОВОДИТЬ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ

с применением антисептиков (непосредственно на рабочем месте - клавиатура, мышка, стол), минимум раз в сутки проводить уборку всего здания, дезинфицируя дверные ручки, выключатели, поручни, перила, места общего пользования



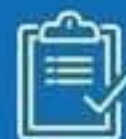
Одно из эффективных средств противодействия распространению коронавируса – переход на удаленную работу на дому.

Как перевести сотрудника на удаленную работу на дому?



ОПРЕДЕЛИТЬ СПИСКИ РАБОТНИКОВ

и порядок организации работы, график, способы обмена информацией о заданиях и их выполнении



ИЗДАТЬ ПРИКАЗ

о временном переводе сотрудников на удаленную работу и ознакомить с ним работников. Перевод должен проходить с учетом производственных возможностей, т.е. важно убедиться, что у вашего сотрудника есть ресурсы для выполнения этой работы или вы можете ему предоставить необходимую технику/материалы



УРОВЕНЬ ОПЛАТЫ ТРУДА

с переводом на удаленную работу на дому не меняется

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ВЕРНУЛИСЬ ИЗ ДРУГОЙ СТРАНЫ



Соблюдайте карантинный режим в течение 14 дней



Получить больничный лист можно не выходя из дома, для этого:

- Зайдите на сайт Фонда социального страхования Российской Федерации (fss.ru)
- Нажмите на вкладку «ПОДАТЬ ЗАЯВЛЕНИЕ на выдачу электронных листов нетрудоспособности (ЭЛН) в случае карантина»
- Заполните бланк заявления

При наличии необходимо прикрепить следующие файлы:

электронные образы страниц заграничного паспорта РФ, подтверждающие пересечение застрахованным лицом государственной границы РФ (первый лист с фотографией, страницы с отметками о пересечении государственной границы РФ)

электронный проездной документ (билет) или электронный образ проездного документа или иных документов, подтверждающих пребывание на территории иностранного государства (при наличии)

электронные образы документов, подтверждающих совместное проживание с лицами, прибывшими в Российскую Федерацию с территории стран, где зарегистрированы случаи заболевания новой коронавирусной инфекцией

ОБ ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПАХ КАРАНТИНА В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ



Для того чтобы COVID-19 не распространялся дальше, гражданам, у которых был контакт с больными или тем, кто вернулся из путешествия или был в командировке, необходимо сообщить о своем возвращении в штаб по борьбе с коронавирусной инфекцией вашего региона и соблюдать карантин у себя дома 14 дней.

ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ?



- Не выходить из дома весь период карантина, даже для того что бы получить посылку, купить продукты или выбросить мусор;
- по возможности находится в отдельной комнате;
- пользоваться отдельной посудой, индивидуальными средствами гигиены, бельем и полотенцами;
- приобретать продукты и необходимые товары домашнего обихода дистанционно онлайн или с помощью волонтеров;
- исключить контакты с членами своей семьи или другими лицами;
- использовать средства индивидуальной защиты и дезинфицирующие средства (маска, спиртовые салфетки).

ПОЧЕМУ ИМЕННО 14 ДНЕЙ?

Две недели карантина по продолжительности соответствуют инкубационному периоду коронавирусной инфекции – времени, когда болезнь может проявить первые симптомы.

ЧТО ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ КАРАНТИНА?



- мыть руки водой с мылом или обрабатывать кожными антисептиками - перед приемом пищи, перед контактом со слизистыми оболочками глаз, рта, носа, после посещения туалета;
- регулярно проветривать помещение и проводить влажную уборку с применением средств бытовой химии с моющим или моюще-дезинфицирующим эффектом.

ЧТО ДЕЛАТЬ С МУСОРОМ?

Бытовой мусор нужно упаковать в двойные прочные мусорные пакеты, плотно закрыть и выставить за пределы квартиры. Утилизировать этот мусор можно попросить друзей, знакомых или волонтеров.

ОБ ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПАХ КАРАНТИНА В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

КАК ПОДДЕРЖИВАТЬ СВЯЗЬ С ДРУЗЬЯМИ И РОДНЫМИ?



Вы можете общаться со своими друзьями и родственниками с помощью видео и аудио связи, по интернету, главное не выходить из дома до тех пор, пока не закончится карантин.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОЯВИЛИСЬ ПЕРВЫЕ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

Если вы заметили у себя первые симптомы COVID-19 необходимо сразу же сообщить об этом в поликлинику.

КТО НАБЛЮДАЕТ ЗА ТЕМИ, КТО НАХОДИТСЯ НА КАРАНТИНЕ? У НИХ БЕРУТ АНАЛИЗЫ НА КОРОНАВИРУС?



Для контроля за нахождением на карантине могут использоваться электронные и технические средства контроля.

За всеми, кто находится на карантине, ведут медицинское наблюдение на дому и обязательно ежедневно измеряют температуру. На 10 сутки карантина, врачи производят отбор материала для исследования на COVID-19 (мазок из носа или ротоглотки).

КАК ПОЛУЧИТЬ БОЛЬНИЧНЫЙ НА ПЕРИОД КАРАНТИНА?

Пока вы находитесь в режиме карантина дома, вам открывают лист нетрудоспособности на две недели. Чтобы получить больничный не нужно приходить в поликлинику, его можно заказать по телефону и его доставят на дом.

ЧТО БУДЕТ С ТЕМИ, КТО НЕ СОБЛЮДАЛ ИЛИ НАРУШИЛ КАРАНТИН?

При нарушении режима карантина, человек помещается в инфекционный стационар.

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО КАРАНТИН ЗАКОНЧИЛСЯ?



Карантин на дому завершается после 14 дней изоляции, если отсутствуют признаки заболевания, а также на основании отрицательного результата лабораторных исследований материала, взятого на 10 день карантина.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Как не заболеть коронавирусом

- Регулярно мойте руки водой с мылом или обрабатывайте спиртосодержащим антисептиком;
- Старайтесь не тереть глаза и не трогать руками нос и рот;
- Держитесь на расстоянии от людей с кашлем или температурой;
- При кашле и чихании прикрывайте рот и нос сгибом локтя или салфеткой;
- Оставайтесь дома, если чувствуете, что простудились.



Симптомы коронавируса

Идентичны простуде и гриппу:

- Жар
- Кашель
- Затрудненное дыхание

Нехарактерные для коронавируса симптомы:

- Насморк
- Боль в горле

Если чувствуете недомогание, не паникуйте раньше времени!
Обращайтесь к врачу – только он поставит точный диагноз.

