

Согласовано:

Председатель СТК

Алексамян В.С. 

« 01 » сентября 2020 г.

Утверждено:

Директор ГАУДО СО «ДШИ№2

г. Каменска – Уральского»

Субботина Т.М. 

« 01 » сентября 2020 г.



Памятка

работнику на удаленной (дистанционной) работе в связи с пандемией коронавируса COVID – 19

Один из видов борьбы с распространением коронавируса – это самоизоляция. Если вас перевели на удаленную (дистанционную) работу для защиты вас и ваших коллег помните, что это вынужденная мера и от вас требуется не покидать своего дома. Работать необходимо из дома, а не из других общественных мест, где есть интернет.

По возможности старайтесь так же не ходить за едой в магазин, а заказывать с доставкой на дом через интернет.

В выходные не покидайте дома, старайтесь сократить перемещение на общественном транспорте.

На период коронавируса не приглашайте никого в гости и сами отказывайтесь от приглашений. Ваше здоровье и здоровье ваших близких зависит от вас!

Находясь дома соблюдайте меры профилактики коронавирусной инфекции:

- Избегайте близких контактов и прибывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание и выделения из носа).
- Закрывайте рот и нос при чихании и кашле. Используйте для этого платок или салфетку, а не собственную ладонь. После чихания (кашля) обработайте руки дезинфицирующим средством либо помойте мылом.
- Тщательно мойте руки с мылом и водой после возвращения с улицы, из туалета, контактов с посторонними людьми, перед едой.
- Постарайтесь не дотрагиваться до лица грязными руками. Если необходимо дотронуться до лица предварительно воспользуйтесь дезинфицирующим средством либо помойте руки с мылом.

- Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
- Не пожимайте руки и не обнимайтесь в качестве приветствия и прощания.
- Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка).
- Старайтесь соблюдать дистанцию и держитесь от людей на расстоянии как минимум 1,5 метра, особенно если у них кашель, насморк или другие признаки заболевания.
- Не посещайте общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий.
- Старайтесь избегать передвигаться на общественном транспорте в час пик.
- Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.
- Если у вашего родственника или человека, который к вам недавно приходил, выявили коронавирус – не выходите из дома и вызовите врача на дом указав, данные родственника (человека, заболевшего коронавирусом).

**ЕСЛИ У ВАС ПОЯВИЛИСЬ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ,
ВЫЗЫВАЙТЕ ВРАЧА.**