

2. Как вести себя в связи с распространением коронавируса?

Какие индивидуальные меры предосторожности помогут не заболеть, если сотрудник или работник включен в список сотрудников, обеспечивающих функционирование учреждения?

Рекомендуем:

- не нарушать ограничительные меры, временно введенные в Республике Бурятия, поскольку к нарушителям временно могут применяться меры административного воздействия, предусмотренные статьей 20.6.1.КоАП;

- не нарушать установленную дистанцию между людьми в 1,5-2 метра и разметку в местах общественного пользования;

- не быть зависимым от слухов;

перед выходом на работу:

- взять с собой тюбик антисептического средства или салфетки, а также надеть специальные медицинские перчатки и маску;

- заранее спланировать оптимальный и безопасный маршрут движения на работу и домой

при входе в здание и на работе:

- не подвергать себя риску, связанного с незащищенным контактом;

- при входе в здание обязательно протереть руки антисептическим средством;

- при встрече с коллегами исключить рукопожатие или дружеское обнимание другим (дистанционным или голосовым) приветствием;

- на работе регулярно мыть руки под проточной водой, особенно после посещения общественных мест (к примеру: залов для заседаний, учебных аудиторий, библиотеки, туалета и др.), а также перед приемом пищи или просто в течение дня. Это убивает вирусы, которые попадают на поверхность кожи;

- не рекомендуется приготовление и прием пищи в рабочих кабинетах, где имеются отгороженные бытовые уголки;

- старайтесь контролировать себя и не дотрагиваться руками до лица, рта и глаз, чтобы вирусы с кожи не попали в организм;

- не давайте подсыхать слизистым носа. Регулярно промывайте нос и увлажняйте воздух в помещении;

- соблюдайте респираторную гигиену, при чихании или кашле прикрывайте нос и рот одноразовой салфеткой, которую необходимо будет тут же утилизировать;

- держите дистанцию в людных местах. ВОЗ рекомендует соблюдать дистанцию от 2 метров, особенно от людей с признаками заболевания;

на рабочем месте:

- содержите свой рабочий стол в чистоте и порядке, проветривайте рабочий кабинет каждые 2 часа. Пыльная среда и спертый воздух в помещении – благоприятная среда для вирусов и других микробов;

- соблюдайте чистоту на рабочем столе и среди личных вещей постоянного пользования (сумки, сотовый телефон, связка ключей, очки и др.);

- дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.

- соблюдайте общий и привычный для вас режим труда и перерывов на отдых, выполняйте физические нагрузки и двигайтесь и сохраняйте позитивный настрой на жизнь.

3. Какие профилактические меры предосторожности помогут не заболеть, если Вы находитесь на дистанционном режиме работы или самоизолированы?

Рекомендуем:

- осознавать всю важность установленного дистанционного режима и самоизоляции;
- соблюдать домашний режим труда и отдыха, выполнять посильные физические нагрузки, двигаться, высыпаться и пить витамины;
- строго соблюдать правила личной гигиены;
- при появлении симптомов (повышение температуры, появление кашля, одышки, потери ощущение вкуса и запаха и др.) незамедлительно вызывать врача на дом и не заниматься самолечением;
- выходить из дома только в случае крайней необходимости (в ближайший продуктовый магазин за продуктами, выгул домашнего животного (не более 100 м от дома), вынос мусора при накоплении или после уборки);
- максимально ограничить себя, своих родных и друзей от привычного «похода/приема» гостей, участия в торжествах и т.д.

4. Как вести себя в командировке и при возвращении домой?

Если один или несколько членов вашего коллектива вернулись из стран с неблагополучной эпидемиологической ситуацией, они должны сообщить об этом руководству колледжа.

В соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 18.03.2020 №7 «Об обеспечении режима изоляции в целях предотвращения распространения COVID-2019» все прибывающие в страну должны пройти двухнедельную самоизоляцию в домашних условиях.

5. Что грозит работнику, если при появлении симптомов заболевания он продолжает работать и заражает других людей?

Если у работника появились симптомы заболевания, ему следует взять больничный, иначе его могут обвинить в нарушении санитарно-эпидемиологических правил.

Коронавирус внесен в перечень заболеваний, которые опасны для окружающих (постановление Правительства от 31.01.2020).

Поэтому если от работника заразятся другие люди, то ему грозит (ст. 236 УК):

- штраф до 80 тыс. руб. или в размере заработной платы за шесть месяцев;
- лишение права занимать определенные должности или вести деятельность сроком до трех лет;
- обязательные работы на срок до 360 часов;
- исправительные работы на срок до 1 года;
- ограничение свободы до 1 года.

Если действия повлекли смерть человека, то работнику грозят: обязательные работы сроком до 480 часов; исправительные работы на срок от шести месяцев до двух лет; лишение свободы на срок от шести месяцев до двух лет.