

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение –
Амгинская средняя общеобразовательная школа имени Р.И. Константинова
муниципального образования «Чурапчинский улус (район)»
Чурапчинский улус, с.Мындагай, ул.Ленина, 11**

«Согласовано»

Председатель профсоюза
Абрамов С.С.
«Согласовано»


«Утверждаю»
директор МБОУ
Пермякова В.И.
1 сентября 2020г.

ПАМЯТКА
работнику переведенному на удаленную работу
в связи с пандемией коронавируса (COVID-19)
в МБОУ «Амгинская средняя общеобразовательная школа имени
Р.И.Константинова»

с.Мындагай, 2020г.

ПАМЯТКА Памятка работнику, переведенному на удаленную работу в связи с пандемией коронавируса COVID–19

Один из видов борьбы с распространением коронавируса - это самоизоляция. Если вас перевели на удаленную 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 кафе, кофейен и других 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 перемещения 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!

Даже находясь дома соблюдайте меры профилактики коронавирусной инфекции:

- Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, 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 с 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 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.