

Появление нового варианта коронавируса: Пожалуйста, защитите себя и других!

Чтобы снизить риск заражения от человека к человеку, просим вас по возможности соблюдать следующие правила поведения!

ПОСТОЯННО носите защитную маску в помещениях.

В случае невозможности соблюдения минимальной дистанции, носите защитную маску, даже находясь на открытом воздухе.

При общении с коллегами или другими людьми соблюдайте безопасное расстояние и постоянно носите защитную маску.

Постоянно соблюдайте необходимые правила гигиены (безопасное расстояние, проветривание, гигиена рук).

Избегайте совместных поездок на автомобиле с другими людьми. Если без них не обойтись, сократите количество попутчиков с тем, чтобы в совместных поездках участвовали одни и те же люди в количестве не более двух человек.

Во время работы каждому человеку необходимы паузы, чтобы отдохнуть от маски!

По возможности, используйте это время, чтобы подышать свежим воздухом. При этом соблюдайте следующие правила:

Чтобы снять маску, по возможности выйдите на открытый воздух и постоянно следите за соблюдением минимального расстояния!

Снимайте маску в помещении только в отсутствие других людей!

Как только в помещение войдут другие люди, наденьте маску и проветрите помещение!

Некоторые виды работ не могут быть выполнены в одиночку. В этом случае следует соблюдать следующие правила:

По возможности, не собирайтесь группами больше двух человек!

Это же действительно в отношении контактов с людьми по месту жительства, по дороге на работу, личного общения, перерывов и т.д.

В случае, если исключить одновременный контакт более двух человек не представляется возможным, руководствуйтесь следующими правилами:

1. Ограничьте круг людей до абсолютно необходимого минимума!
2. Собирайтесь в максимально просторном помещении, которое легко проветрить!
3. Производите достаточное и регулярное проветривание!
4. Соблюдайте достаточное расстояние от других!
5. На протяжении всего времени обязательно носите маску!

Чтобы постоянно оставаться в маске воздержитесь от приема пищи, питья и курения в то время, пока вы вынуждено находитесь в компании других людей.

Пользуйтесь помещениями общего пользования на предприятии и по месту жительства по возможности одновременно не более, чем с одним человеком.

Если в комнате находится более одного человека, соблюдайте минимальное расстояние, носите маску и регулярно проветривайте.

Это, в частности, действительно для: санузлов, раздевалок, комнат отдыха, кухни, курилок, лифтов.

Для продолжительных разговоров с другими людьми используйте телефон или организуйте видеочат!

Перерывы важны. Помните:

По возможности проводите перерывы на открытом воздухе, особенно когда вы принимаете пищу или хотите снять защитную маску!

Проводите свой перерыв в помещении только, если вы находитесь один.

Если это невозможно, соблюдайте минимальное расстояние.

Перед тем, как уйти, хорошо проветрите помещение (комнату отдыха) для его последующего использования. Очистите поверхности стола, подлокотники и т.п.

Курение на открытом воздухе:

Держитесь на минимальном расстоянии от других людей!

Пожалуйста, используйте - при наличии - только специально отведенные места для курения.

Помещения для курения:

По возможности пользуйтесь помещениями для курения в одиночку или обеспечьте соблюдение минимального расстояния иным образом, всегда хорошо проветривайте.

Оказывайте содействие медицинской службе в случае заражения или контакта с больным, неукоснительно соблюдая её инструкции.

Дополнительная информация по данной теме приведена на сайтах правительства земли и Института Роберта Коха.