



Правила поведения в отношении COVID-19 для обеспечения инфекционно безопасной работы учреждений

- COVID-19 – это вирусное заболевание, которое передается от человека человеку воздушно-капельным путем, в основном при близком контакте с человеком, у которого есть риск заражения.
- При благоприятных условиях на загрязненных поверхностях вирус может сохраняться до 3 дней, но уничтожается при уборке и дезинфекции.
- Риск распространения COVID-19 выше в закрытых, многолюдных и плохо вентилируемых помещениях.
- Соблюдение этих рекомендаций поможет обеспечить лучшую и эффективную профилактику инфекционных заболеваний и борьбу с ними в учреждениях и, следовательно, в обществе в целом.

Чистота и вентиляция помещений

- Необходимо обеспечить, чтобы предусмотренная проектом здания механическая приточно-вытяжная вентиляция была в исправном состоянии и включена. Следует соблюдать требования, предусмотренные приказом нр. 8 министра экономики и инфраструктуры от 2 апреля 2020 года «[Дополнительные требования к вентиляции и проветриванию здания социального учреждения или нежилого дома в условиях чрезвычайного положения](#)» должен соблюдаться.
- Нужно регулярно проводить уборку помещений обычными методами и средствами. Очищайте поверхности, к которым часто прикасаются (дверные ручки, ручки, клавиатуры, сенсорные экраны и т. п.), через 2-4 часа.
- При уборке помещений и поверхностей соблюдайте [рекомендации Департамента здоровья по уборке и дезинфекции](#).
- С 24.11.2020 года COVID-19, с официальным наименованием SARS-CoV-2 (англ. *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2*) относится к 3-й группе биологических факторов риска. Для всех работ, где существует риск воздействия биологических опасностей, работодатель должен определить характер, степень и продолжительность риска заражения для работника и, как следствие, оценить риск для здоровья работника и принять необходимые профилактические меры. [С профилактическими мерами можно ознакомиться на портале Инспекции труда Töbelu](#).
- В соответствии с результатами анализа риска рабочей среды необходимо выдать работникам средства общей и индивидуальной защиты, которые им необходимы в соответствии с характером их работы, и провести обучение тому, как правильно и безопасно ими пользоваться. [С инструкциями можно ознакомиться на домашней странице Департамента здоровья](#).

Работники и организация работы

- Обеспечить сотрудникам возможность регулярно мыть руки. При мытье рук соблюдать [инструкцию](#).
- Поместите дезинфицирующие средства в основных местах движения. Соблюдать [инструкцию](#) по дезинфицированию рук.
- Обеспечьте рассредоточенность сотрудников в рабочей среде (обеспечение расстояния 2 м между сотрудниками как в рабочих помещениях, так и в местах общего пользования, например, работа в офисе посменно, введение дополнительных помещений и т. п.). Рассмотрите возможность использования более гибкого графика работы. Например, возможность начать рабочий день позже, чтобы было легче избегать тесного контакта в общественном транспорте и других общественных местах по дороге на работу.



- При организации удаленной работы (частичной, максимальной, полной) учитывать общие принципы, рекомендуемые Департаментом здоровья.
- При обустройстве мест общего пользования учитывать принцип рассредоточенности (обеспечение расстояния 2 метра между сотрудниками как на рабочем месте, так и в местах общего пользования) и устанавливать напоминания на видном месте, чтобы предотвратить распространение инфекции (соблюдать дистанцию, мыть руки, оставаться дома в случае болезни).
- Разрешить удаленную работу пожилым работникам, работникам с хроническими заболеваниями и иммунодефицитом, чей характер работы позволяет это, а также тем, у кого есть близкие родственники, находящиеся в группе риска.
- Заболевшие работники и сотрудники, которые находились в тесном контакте с больным COVID-19, должны находиться дома и обратиться к семейному врачу, который выдаст лист временной нетрудоспособности (больничный). Если симптомы у сотрудника очень легкие или отсутствуют, то продолжить работать на дому (вместо больничного).
- Посоветовать сотрудникам использовать мобильное приложение [Hoia](#).
- Планировать зарубежные командировки только в случае крайней необходимости. Отправляясь в командировку за границу, ознакомьтесь с правилами, действующими в пункте назначения. Также необходимо помнить об ограничениях, которые применяются при возвращении из командировки, и согласовать с работодателем условия работы после возвращения перед командировкой за границу. Более подробную информацию можно найти на странице [Министерства иностранных дел](#).
- Лицо, прибывшее из зарубежной страны с высокой степенью заражения, должно соблюдать предписанные ограничения свободы передвижения, работник может по возможности продолжить работу удаленно. В том случае, если человеку крайне необходимо находиться на работе для выполнения своих обязанностей, он должен пройти тест SARS-CoV-2 сразу по прибытии из командировки, и в случае отрицательного результата теста он может выйти на работу по согласованию с работодателем, сведя к минимуму контакты с другими сотрудниками (находиться в офисе в то время, когда там нет других, находиться в отдельном кабинете, использовать маску на собраниях и в местах общего пользования) и принимать все меры для обеспечения инфекционной безопасности.
- Собрания с внештатными посетителями желательно проводить с помощью средств связи. Если это невозможно:
 - Обеспечьте участников собрания средствами гигиены рук.
 - Используйте конференц-залы, в которых можно находиться рассредоточено (не превышать максимальное количество людей в помещении).
 - Обеспечьте хорошую вентиляцию и регулярную проветривание в помещении для собрания.
 - После собрания очистите поверхности помещения (поверхность стола, ручки и т. п.), а также общее оборудование и приборы (микрофоны, указатели и т. п.) и обеспечьте наличие необходимых для этого чистящих средств. При уборке помещений и поверхностей соблюдайте [рекомендации Департамента здоровья по уборке и дезинфекции](#).
 - На собраниях следует носить маску или покрывать нос и рот.
 - По возможности убедитесь, что в помещении для проведения собрания есть маски с инструкциями по их надеванию, снятию и обращению.
- Инструкции по правильному использованию масок можно найти здесь: www.terviseamet.ee/ru/ob-ispolzovanii-masok. Маску не нужно носить людям, которым она противопоказана по медицинским показаниям, или в случае необходимости общаться с людьми с недостатками слуха, которые читают по губам собеседника, а также детям до 12 лет.
- Выбрасывать использованные маски следует в мусорное ведро или закрывающийся пакет с соответствующей маркировкой и утилизировать как смешанные бытовые отходы. Больше о правильном обращении с использованными масками читайте здесь: <http://www.envir.ee/ru/novosti/kak-minimizirovat-rasprostranenie-koronavirusa-cherez-othody>
- Очные конференции и другие крупные собрания старайтесь проводить только в случае крайней необходимости, предпочитайте организовывать их посредством средств связи. При организации очных конференций:
 - На конференциях следует носить маску или покрывать нос и рот.



- Следить за тем, чтобы заполняемость конференц-залов не превышала 50%.
- Обеспечить, чтобы люди в конференц-зале находились рассредоточено (например, 1 или 2 посадочных места между разными людьми, 2 м между докладчиком и аудиторией). Этого правила следует придерживаться также в местах, где существует риск больших скоплений людей, таких как гардеробная, стойка регистрации, место общественного питания, туалеты и подобные ситуации и места.
- Обеспечьте участников конференции средствами гигиены рук в разных помещениях.
- Обеспечьте хорошую вентиляцию и регулярную проветривание в помещении для собрания.
- Напомните всем участникам конференции, что заболевшим лицам и лицам, находившимся в тесном контакте с больным COVID-19, участие в конференции запрещено.
- Убедитесь, что общее оборудование и приборы (микрофоны, указатели и т. п.), используемые для выступления, очищены перед каждым исполнителем.
- Тщательно уберите конференц-залы после конференции.
- По возможности не приглашайте иностранных гостей из стран с высоким уровнем заражения. Если на конференции присутствуют иностранные гости, проинформируйте их о действующих требованиях к изоляции. Более подробную информацию можно найти на странице [Министерства иностранных дел](#). NB! Как приглашающая сторона, вы должны убедиться, что приглашаемый гость при необходимости прошел тестирование перед выступлением или участием.
- С инструкциями по организации мероприятий и частыми вопросами на эту тему читайте на странице [Министерства культуры](#).

Если работник заболевает респираторным заболеванием
(температура, кашель, слабость и другие симптомы)

- Если работник заболевает в свободное от работы время, он должен остаться дома.
- Если работник заболевает на рабочем месте, он должен немедленно пойти домой.
- Заболевший работник должен обратиться семейному врачу, который примет решение о диагнозе COVID-19, необходимости тестирования и открытия больничного листа (листа временной нетрудоспособности).
- С точки зрения предотвращения распространения COVID-19 важно, чтобы заболевший работник проинформировал работодателя о том, что диагноз COVID-19 подтвердился. Работодатель информируется в соответствии с соглашением между работником и работодателем.
- Работодатель, будучи проинформированным о диагнозе COVID-19 у работника, сотрудничает с региональным отделением Департамента здоровья, чтобы определить тесные контакты сотрудника по работе и предоставить рекомендации по дальнейшей организации работы.
- Потенциально зараженные вирусом помещения следует закрыть и открыть после того, как в них будет проведена тщательная уборка, дезинфекция и проветривание.
- При уборке помещений и поверхностей соблюдайте [рекомендации Департамента здоровья по уборке и дезинфекции](#).
- При подтверждении диагноза COVID-19 на рабочем месте нужно определить людей, которые находились в тесном контакте* с заболевшим работником в период проявления симптомов или за два дня до этого. Для выяснения тесно контактировавших* с заболевшим работником сотрудничает с региональным отделением Департамента здоровья.
- Люди, находившиеся с зараженным в тесном контакте, должны внимательно следить за своим здоровьем и оставаться в изоляции в течение следующих 14 дней. Самоизоляция может быть сокращена, если ПЦР-анализ на наличие SARS-CoV-2, проведенный на 10-й день после тесного контакта, даст отрицательный результат.
- Остальные работники могут продолжить свою ежедневную рабочую деятельность, но должны внимательно следить за своим здоровьем.
- Если диагноз COVID-19 у заболевшего работника не подтвердится, то другие сотрудники могут продолжить работу, но на протяжении 14 дней должны обязательно следить за своим здоровьем.

**РУКИ НУЖНО МЫТЬ:**

- перед началом работы;
- перед обработкой термически обработанных или готовых блюд;
- после обработки или приготовления продуктов, не прошедших термическую обработку;
- после обращения с отходами;
- после уборки;
- после посещения туалета;
- после сморкания, чихания или кашля;
- после еды, питья или курения;
- после обращения с деньгами.

*** БЛИЗКИЙ КОНТАКТ – ЭТО:**

- прямой физический контакт с больным COVID-19 (например, рукопожатие);
- прямой контакт с секретом дыхательных путей больного COVID-19 без использования защитных средств (например, больной кашляет на предмет или поверхность);
- пребывание с больным COVID-19 не менее 15 минут и на расстоянии ближе 2 метров

Инструкции и рекомендации можно найти по адресу:

[Печатные и информационные материалы Департамента здоровья на тему COVID-19](#)

[Со страницы по коронавирусу Правительства Республики](#)

[Рекомендации Инспекции труда для работодателя и работника](#)