

***Правила поведінки
при запровадженні протиепідемічних заходів***

Під час запровадження протиепідемічних заходів (карантину), з метою запобігання поширенню інфекційних хвороб, необхідно дотримуватись наступних правил поведінки.

Правила поведінки вдома та поза його межами:

- залишайтеся вдома за винятком життєво необхідних потреб – виходу за продуктами, ліками, на роботу;
- не ходіть в гості і не приймайте у себе вдома друзів, родичів, які не проживають з вами;
- у громадських місцях та у транспорті дотримуйтеся дистанції один від одного не менше 1 метра, одягніть медичну маску;
- не торкайтесь очей, носа та рота брудними руками;
- регулярно мийте руки з милом (мінімум 20 секунд) або дезінфекційними засобами із змістом спирту;
- провітрюйте помешкання, у якому ви живете;
- уникайте фізичних контактів, включаючи обійми та рукостискання;
- користуйтеся ліфтом або машиною по одному або тільки з членами своєї родини;
- відкривайте двері не долонями, а плечем, ліктем чи використовуючи серветки;
- відмовтесь від паління.

Правила поведінки на роботі:

- перед виходом на роботу заміряйте температуру тіла. При виявленні жару або симптомів респіраторного захворювання **залишайтеся вдома і зверніться до лікаря;**
- на роботі максимально обмежте пересування по будівлі та за її межами без нагальної потреби;
- уникайте рукостискання, вітайтеся безконтактно;
- за можливості спілкуйтесь з людьми дистанційно за допомогою засобів зв'язку;
- якомога частіше провітрюйте приміщення, дезінфікуйте робочі поверхні, двері, ручки та особисті речі (мобільні телефони, окуляри, клавіатуру комп'ютера тощо);

У випадку виникнення проблеми зі здоров'ям:

- зверніться до лікаря;

- якщо симптоми захворювання протікають без високої температури бажано використати дистанційні медичні рекомендації, без відвідування поліклініки;
- залишайтеся на домашньому карантині;
- обов'язково одягайте медичну маску;
- уникайте тісного контакту з членами вашої сім'ї, тримайтеся від них на відстані;
- під час кашлю та чихання прикривайте рот і ніс серветкою або згином ліктя;
- використовуйте одноразові серветки, які одразу викидайте у закритий смітник;
- не користуйтеся спільними столовими приборами, посудом;
- регулярно мийте руки з милом (мінімум 30 секунд) або дезінфекційними засобами із змістом спирту (не менше 70%).

Керуючий справами виконкому

Людмила Дмитрієва