

«Утверждаю»  
Директор  
ЧОУ «Центр профессионального развития» «Аскон»  
Е.В. Меркурьева  
\_\_\_\_\_ 2020



## ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ САНИТАРИИ В ЦЕЛЯХ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ РАСПРОСТРАНЕНИЯ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ (COVID-19)

в ЧОУ «ЦЕНТР ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ «АСКОН»

### 1. Правила личной гигиены

- Держать руки в чистоте - частое мытье их водой с мылом в течение как минимум 20 секунд, после чего насухо вытирать одноразовым бумажным полотенцем. Крайне целесообразно иметь при себе антисептические салфетки или жидкие средства (гели, спреи и др.).
- После возвращения с улицы домой - вымыть руки и лицо с мылом, промыть нос изотоническим раствором соли.
- Прикасаться к лицу, глазам - только недавно вымытыми руками. При отсутствии доступа к воде и мылу, для очистки рук использовать дезинфицирующие средства на спиртовой основе. Или воспользоваться одноразовой салфеткой, при необходимости прикосновения к глазам или носу.
- Отдавать предпочтение гладким прическам, когда вы находитесь в местах скопления людей, распущенные волосы, часто контактируя с лицом, увеличивают риск инфицирования.
- Избегать близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
- Регулярно очищать и дезинфицировать поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера или ноутбука, экран смартфона, пульта, выключатели и дверные ручки). Для борьбы с вирусами лучшего всего использовать салфетки и гели на основе спирта.
- Не прикасаться голыми руками к дверным ручкам, перилам, другим предметам и поверхностям в общественных пространствах.
- Исключить приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия.
- Чаще проветривать помещения.
- Не пользоваться общими полотенцами.
- Если вы испытываете недомогание, минимизировать контакты со здоровыми людьми. В случае необходимости общения с другими людьми или использования общественного транспорта - использовать одноразовую маску, обязательно ее менять на новую каждый час.
- При кашле или чихании обязательно прикрывать рот, по возможности - одноразовым платком, если его нет - ладонями или локтевым сгибом.
- Пользоваться только личной или одноразовой посудой.
- Изолировать от домочадцев свои предметы личной гигиены: зубную щетку, мочалку, полотенца.
- Проводить влажную уборку дома ежедневно, включая обработку дверных ручек, выключателей, панелей управления оргтехники.

### 2. Производственная санитария

Всем сотрудникам ЧОУ «Центр профессионального развития» «Аскон»:

- при входе в организацию обработать руки кожными антисептиками, предназначенными для этих целей или дезинфицирующими салфетками;
- осуществлять контроль температуры тела при входе в организацию, и в течение рабочего дня (по показаниям), с применением аппаратов для измерения температуры тела бесконтактным или контактным способом (электронные, инфракрасные термометры, переносные тепловизоры);
- незамедлительно информировать руководство ЧОУ «Центр профессионального развития» «Аскон» в случае повышения температуры тела и с признаками инфекционного заболевания;
- соблюдать режим регулярного мытья рук с мылом или обработки кожными антисептиками - в течение всего рабочего дня, после каждого посещения туалета;
- регулярно (каждые 2 часа) проветривать рабочее помещение;
- не принимать пищу на рабочих местах.