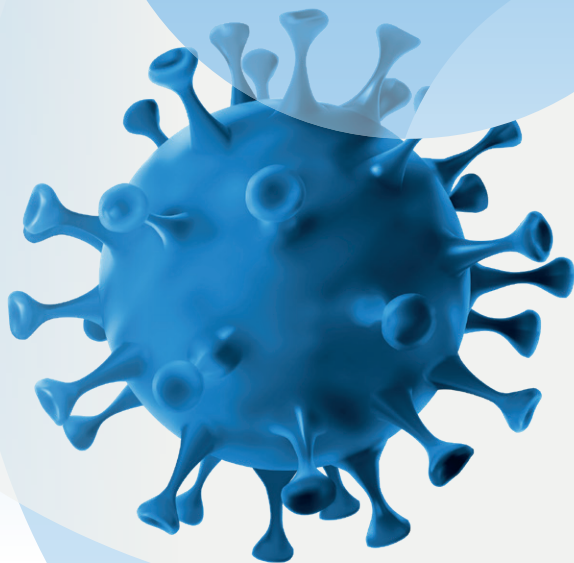




**Instrukcja
bezpieczeństwa
i higieny
pracy w celu
zminimalizowania
narażenia
na zakażenie
wirusem COVID-19**

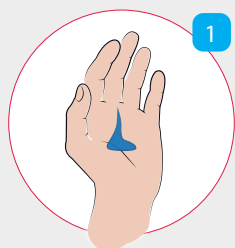


1. Na terenie UEK mogą przebywać wyłącznie osoby zdrowe niewykazujące objawów infekcji choroby zakaźnej oraz osoby, które nie przebywają na kwarantannie i izolacji.
2. Osoba wykazująca objawy SARS-CoV-2 np. kaszel, duszność, gorączka, brak smaku i węchu powinna zostać w domu i postępować zgodnie z procedurami.
3. Jeśli pracownik podczas wykonywania swoich obowiązków służbowych odczuwa następujące symptomy- kaszel, duszność, gorączka, brak smaku i węchu- bez zbędnej zwłoki powinna poinformować bezpośredniego przełożonego o swoich objawach, a następnie udać się pod nadzorem Kierownika jednostki organizacyjnej lub osoby przez niego wyznaczonej do izolatki zlokalizowanej w Budynku Głównym (wejście do izolatki od zewnątrz - od strony Forum -klucze do pobrania na portierni). W izolacie osoba oczekuje na transport własny do miejsca zamieszkania lub do lekarza.
4. W budynkach UEK codziennie wykonywana jest rutynowa dezynfekcja często dotykanych powierzchni w miejscu pracy (klamki, blaty robocze na stanowiskach, umywalki, toalety, dozowniki mydła i inne) z wykorzystaniem środków do dezynfekcji na bazie alkoholu.
5. W pobliżu wejścia do budynków UEK znajdują się dozowniki do dezynfekcji rąk ze środkami do dezynfekcji na bazie co najmniej 70% roztworu alkoholowego. Każda osoba wchodząca do budynku ma obowiązek zdezynfekowania rąk.
6. Zalecane jest jak najczęstsze mycie rąk zgodnie z Instrukcją Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektora Sanitarnego. Instrukcje dostępne są w toaletach we wszystkich budynkach UEK.
7. Należy PAMIĘTAĆ o zachowaniu dystansu 1,5 m.
8. Jeśli nie jest możliwe zachowanie dystansu społecznego 1,5 m w miejscu pracy ze względu na charakter wykonywanej pracy pracownik zostaje wyposażony w środki ochrony osobistej związanej ze zwalczaniem epidemii COVID-19 (maski, rękawiczki, przegrody oddzielające poszczególne stanowiska pracy).
9. W budynkach UEK OBOWIĄZUJE NAKAZ zakrywania ust i nosa przy pomocy maseczki. Obowiązek dotyczy również osób zaszczepionych.
10. Osoby wchodzące do budynków UEK mogą zostać poproszone o pomiar temperatury. Osoba, która ma temperaturę powyżej 38 °C zostanie poproszona o opuszczenie terenu uczelni.
11. Kichając lub kaszląc należy zasłaniać usta chusteczką. Jeżeli zasłaniając usta użyto dłoni należy niezwłocznie umyć ręce.
12. Nie należy podawać ręki na przywitanie.
13. W przypadku dostaw należy otrzymane opakowania z zewnątrz przyjmować w rękawiczkach jednorazowych lub zdezynfekować opakowanie, o ile nie uszkodzi to zawartości.

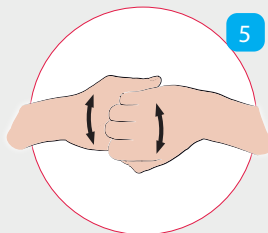
Jak skutecznie dezynfekować ręce?

Użyj środka do dezynfekcji rąk,
który zawiera co najmniej 60% alkoholu.

Czas trwania:
do wyschnięcia
dłoni



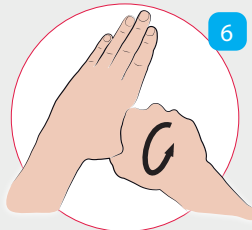
1 Nanieś taką ilość preparatu, aby dłonie były całkowicie zwilżone



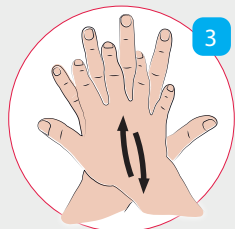
5 Pocieraj górną część palców prawej dłoni o wewnętrzną część lewej dłoni i odwrotnie



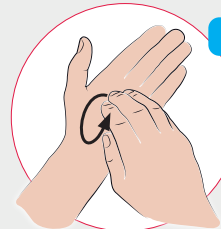
2 Pocieraj dłoń o dłoń rozprawiając preparat na całej powierzchni



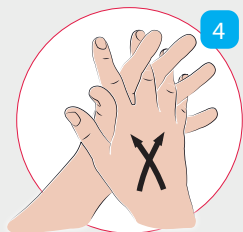
6 Ruchem obrotowym pocieraj kciuk lewej dłoni wewnętrzną częścią prawej dłoni i odwrotnie



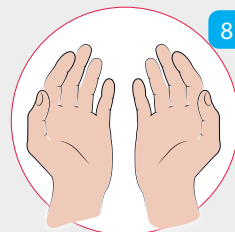
3 Pocieraj wewnętrzną częścią prawej dłoni o grzbietową część lewej dłoni i odwrotnie



7 Ruchem okrężnym opuszkami palców prawej dłoni pocieraj wewnętrzne zagłębienie lewej dłoni i odwrotnie



4 Spleć palce i pocieraj wewnętrznymi częściami dłoni



8 Po wyschnięciu ręce są zdezynfekowane



Ministerstwo Zdrowia



Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydł obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydł je.



4 Namydł kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



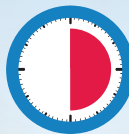
5 Namydł wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydł obydwa nadgarstki.



7 Słupcz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wysusz je starannie.



**Całkowity czas:
30 sekund**

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć maseczkę?



1 Przed nałożeniem maski **umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu**



2 Zakryj usta i nos maską i upewnij się, że między twarzą a maską **nie ma żadnych przerw**



3 Unikaj dotykania maski **podczas jej używania**; jeśli to zrobisz, umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu



4 Wymień maskę na nową, gdy tylko będzie wilgotna, nie używaj ponownie masek jednorazowych



5 Aby zdjąć maskę – **chwyć ją od tyłu za wiązanie** (nie dotykaj przodu maski)



6 Wyrzucić maseczkę **do zamykanego pojemnika**; umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu