

**DARBUOTOJŲ SAUGOS IR SVEIKATOS, ESANT PASKELBTO KARANTINO LAIKOTARPIU
POTENCIALIAI UŽSIKRĖTIMO KORONAVIRUSU (COVID-19) RIZIKAI,
TAISYKLĖS NR. 202**

I. NURODYMAI SIEKIANT MAŽINTI VIRUSO COVID-19 RIZIKĄ

1. Darbuotojams draudžiama išvykti iš Lietuvos Respublikos.
2. Darbuotojai, kurie yra grįžę iš bet kurios užsienio valstybės, izoliavimasis namuose yra privalomas.
3. Darbuotojai grįžę iš atostogų privalo užpildyti ir pateikti savo padalinio vadovui Deklaraciją darbuotojo, grįžusio iš atostogų dėl Koronaviruso (COVID-19) (toliau COVID-19), kuri pateikiama šių taisyklių priede bei laikytis LR teisės aktuose nurodytų rekomendacijų ar privalomų nurodymų.
4. Jeigu dėl sveikatos būklės kyla abejonių, dėl konsultacijų galima kreiptis į Nacionalinį visuomenės sveikatos centrą (NVSC) karštąja linija, tel. 1808 (visą parą).
5. Padalinių vadovai turi nustatyti tinkamai savo vadovaujamo padalinio veiklai užtikrinti reikalingą minimalų darbuotojų skaičių.
6. Tiesioginiai vadovai turi žinoti apie darbe nesančių darbuotojų skaičių (dirba nuotoliniu būdu, saviizoliacija, serga ir pan.).
7. Tiesioginiai vadovai privalo stebėti savo darbuotojų sveikatą.
8. Pasireiškus įtarimą keliantiems susirgimo simptomams (karščiavimas, kosulys, apsunkintas kvėpavimas, viduriavimas, skausmas plaučiuose ir pan.), asmuo turi nedelsiant skambinti skubios pagalbos telefonu Nr. 1808, pranešti susirgimo aplinkybes, griežtai vykdyti medikų nurodymus.
9. Darbuotojui pajutus ar pastebėjus, jog kitam darbuotojui reiškiasi ligos simptomai (kosulys, dusulys, karščiavimas ir pan.), nedelsiant informuoti tiesioginį vadovą (pageidautina ryšio priemonėmis, telefonu, mobiliu telefonu, el. paštu), nutraukti darbą ir kreiptis į šeimos gydytoją.
10. Siekiant suvaldyti infekcijos plitimą darbuotojai privalo vadovautis COVID-19 infekcijos valdymo veiksmų rekomendacijomis, kurios pateiktos:
<http://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/images/Naujienos/KORONA/Gyventoju%20veiksmai%20schema1.png>
11. Darbuotojai turi riboti iki minimumo buvimą didelio žmonių sambūrio vietose, be to, būtina laikytis saugos ir higienos taisyklių.
12. Jei įmanoma, kasdieninė veikla bei darbo klausimai turi būti sprendžiami telefonu, elektroniniu paštu ar organizuojant vaizdo konferencijas.
13. Vykdam savo, kaip darbuotojo, pareigas, atidėti tiesioginių susitikimų skaičių. Rekomenduojama naudoti alternatyvius sprendimus, tokius kaip nuotolinės ar vaizdo konferencijos, atsisakant įprastų susirinkimų.
14. Griežtai riboti darbuotojų judėjimą tarp darbo kabinetų, vengti rankų paspaudimų sveikinantis.

15. Valymo darbus atliekantiems darbuotojams, taip pat ir valymo paslaugas teikiančiai įmonei nurodoma kruopščiau ir dažniau valyti visas Universiteto bendro naudojimo patalpas, dezinfekuoti stalus, durų rankenas, šviesos jungiklius ir kitus bendro naudojimo paviršius.

16. Budėtojams ir apsaugos darbuotojams vykdančioms pavestas darbo funkcijas būti ypatingai atsargiems kontaktuojant su darbuotojais, studentais ar kitais asmenimis.

II. PAGRINDINĖS HIGIENOS IR APSAUGOS NUO VIRUSO, SUKELIANČIO COVID-19 LIGĄ, PRIEMONĖS

17. Dažnai plaukite rankas vandeniu su muilu, o jeigu tokios galimybės nėra, naudokite skysčius alkoholio pagrindu (min. 60 %).

18. Laikykitės atitinkamų saugos taisyklių kosėdami ir čiaudėdami – pridenkite burną ir nosį sulenkta alkūne arba nosine, kurią po to nedelsdami išmeskite į uždara šiukšliadėžę, nusiplaukite rankas vandeniu su muilu. Burnos ir nosies uždengimas alkūne kosėjimo ir čiaudėjimo metu užkerta kelią bakterijų ir virusų plitimui.

19. Vengti artimo kontakto su kitais žmonėmis. Laikykitės saugiu ne mažesniu kaip 1 m atstumu nuo kitų žmonių, ypač nuo tų, kurie kosti, čiaudo ar karščiuoja.

20. Kuo mažiau lieskite akis, nosį ir lūpas. Delnais liečiate daugybę paviršių, kurie gali būti užkrėsti virusais. Liesdami akis, nosį ar lūpas neplautomis rankomis, galite pernešti virusą.

21. Jeigu kvėpavimo sistemos simptomai pasireiškia silpnai ir asmuo nebuvo kraštuose, kuriuose yra užsikrėtimo COVID-19 židinių, laikytis pagrindinių saugos taisyklių kosint, čiaudant ir plaunant rankas, ir jeigu tik įmanoma likti namuose iki pasveikimo.

22. Reguliariai vėdinkite patalpas. Šaltuoju metų laikotarpiu reikėtų praverti langus 10–15 min. arba sukelti „smūginį“ vėdinimą – kelioms minutėms visiškai atidaryti langą.

23. Nerekomenduojama dėvėti visą veidą dengiančias kaukes sveikiems žmonėms, saugantis tokiu būdu nuo užsikrėtimo COVID-19. Nedidelių kaukių, dengiančių tik burną ir nosį, dėvėjimas gali padėti riboti kai kurių kvėpavimo sistemos ligų plitimą. Tačiau tokios kaukės dėvėjimas negarantuoja apsaugos nuo infekcijos ir turi būti derinamas su kitų profilaktikos priemonių naudojimu, tokių kaip rankų plovimas bei taisyklių kosint ir čiaudint laikymasis, be to, reikia vengti artimo kontakto su kitais žmonėmis.

24. Rekomenduojama stiprinti imunitetą (pvz.: gerti vitamino C 1 g per dieną), būti gryname ore, sportuoti.

III. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

25. Padalinių vadovai įpareigojami nuolat vykdyti darbuotojų neatvykimo į darbą stebėseną, o apie visus nustatytus susirgimų skaičius nedelsiant pranešti Personalo ir dokumentų valdymo skyriui.

26. Darbuotojai privalo nuolat domėtis informacija apie COVID-19, kurios publikuojamos <https://sam.lrv.lt/lt/naujienos/koronavirusas> ir vadovautis LR Sveikatos apsaugos ministerijos pateiktomis rekomendacijomis <http://sam.lrv.lt/lt/news/koronavirusas/duk-covid-19>.

Darbuotojų saugos ir sveikatos, esant potencialiai užsikrėtimo koronaviruso COVID-19 rizikai paskelbto karantino laikotarpiu, taisyklių priedas

Padalinio vadovui

**DEKLARACIJA DARBUOTOJO, GRĮŽUSIO IŠ ATOSTOGŲ
DĖL COVID-19**

(darbuotojo vardas, pavardė, pareigos)

Atsižvelgdamas į tai, kad šiuo metu Lietuvoje yra paskelbtas karantinas dėl COVID-19, siekiant išvengti bet kokios viruso COVID-19 plitimo rizikos, patvirtinu, kad:

1. per pastarąsias 14 kalendorinių dienų iki grįžimo iš atostogų nesilankiau užsienyje ir virusu COVID-19 paveiktomis teritorijomis laikomomis šalyse, kurių sąrašas yra skelbiamas <http://sam.lrv.lt/koronavirusas>;

2. nejaučiu jokių požymių (simptomų), galinčių kelti įtarimą dėl sirgimo COVID-19 (pakilusi temperatūra, kosulys, dusulys, viduriavimas, bloga savijauta ir pan.).

Įsipareigoju, pajutęs bet kokius viruso požymius, nedelsiant kreiptis tel. 1808, nevykti į darbą, nedelsiant informuoti apie tai tiesioginį vadovą ir imtis visų kitų būtinų priemonių.

(darbuotojo vardas, pavardė)

(parašas, data)