

# Instrukcja ochrony przed koronawirusem SARS-CoV-2

## obowiązująca w Państwowej Wyższej Szkole Zawodowej im. Witelona w Legnicy

### ZASADY OGÓLNE

1. Nie podawaj ręki podczas witania się z innymi.
2. Często myj ręce, używaj mydła, wody oraz płynu do dezynfekcji – myj ponad 30 sekund.
3. Zachowaj odległość co najmniej 2 metry od innych osób.
4. W miejscach publicznych stosuj ochronę ust oraz nosa maseczką ochronną, chustą lub szalikiem.
5. Unikaj dotykania klamek, poręczy, przycisków domofonów oraz wind.
6. Klamki i drzwi otwieraj łokciem.
7. Stosuj w sklepach i w urzędach rękawiczki ochronne.
8. Jeśli nie musisz – nie spotykaj się z innymi osobami.
9. Nie przebywaj w grupie.
10. Nie dotykaj dłońmi twarzy, oczu, nosa i ust.
11. Podczas kichania lub kaszlu zakrywaj chusteczką usta i nos lub zasłaniaj usta i nos zgiętym ramieniem.
12. Czyść swój telefon wilgotnymi chusteczkami nasączonymi środkami dezynfekującymi.
13. Nie korzystaj z komunikacji publicznej – jeśli nie musisz.
14. Zadbaj o dietę i nawodnienie organizmu.

### ZASADY BEZPIECZNEGO WYKONYWANIA PRACY

1. Ogranicz bezpośrednie kontakty ze współpracownikami do minimum.
2. Sprawy załatwiaj telefonicznie lub pocztą e-mail.
3. Spotkania organizuj za pomocą środków komunikacji elektronicznej lub w inny sposób - bezpieczny dla uczestników.
4. W przypadku potrzeby zorganizowania bezpośredniego spotkania zachowaj bezpieczną odległość od rozmówcy – minimum 2 m.
5. Na stanowisku pracy stosuj rękawice ochronne i/lub płyn odkażający.
6. Jeżeli obsługujesz osoby z zewnątrz – interesantów, kurierów, listonoszy itp. masz obowiązek zasłaniania ust i nosa maseczką ochronną.
7. W czasie obsługi osób z zewnątrz możesz zakryć twarz przy pomocy przyłbicy, ale wyłącznie wówczas jeżeli twoje stanowisko pracy jest oddzielone od interesantów dodatkową przesłoną ochronną.
8. Dołóż wszelkich starań, aby Twoje miejsce pracy było czyste i higieniczne.
9. Jeżeli na Twoim stanowisku pracę wykonywały inne osoby – zdezynfekuj blat stołu, klawiaturę komputera, telefon i inne używane wyposażenie.
10. Poruszaj się po terenie Uczelni w grupie nieprzekraczającej 2 osób w odległości minimum 2m od siebie.
11. Posiłki spożywaj w znacznej odległości od innych.

### ZASADY PRACY W SYTUACJI AWARYJNEJ

1. Masz prawo powstrzymania się od pracy, jeżeli warunki pracy stwarzają zagrożenie dla Ciebie lub innych osób. O przyczynach podjętej decyzji musisz niezwłocznie poinformować przełożonego lub Kanclerza.
2. Jeżeli masz objawy grypopodobne pozostań w domu, skontaktuj się telefonicznie ze swoim lekarzem, a o podjętych decyzjach powiadom Uczelnię.
3. Jeżeli miałeś kontakt z osobą zakażoną lub zaobserwujesz u siebie symptomy zakażenia koronawirusem (gorączkę, kaszel, duszności), masz obowiązek bezzwłocznie powiadomić właściwą terytorialnie Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną oraz Władze Uczelni. PSSE w Legnicy tel. 600 312 142.
4. Stosuj obowiązujące w Uczelni zarządzenia, instrukcje i procedury.

Zatwierdzam

REKTOR

prof. dr hab. inż. Ryszard K. Pisarski