













# Памятка по отпускам/ командировкам



## Основные рекомендации:

-  Сделайте ПЦР-тест на covid-19 до отпуска. Вы можете быть бессимптомным носителем и заболеть в пути или во время отпуска.
  -  Изучите эпидобстановку в регионе, куда направляетесь
  -  Регулярно мойте руки водой с мылом, используйте дезинфицирующие растворы/гели
  -  Старайтесь не касаться рта, носа, глаз немытыми руками
  -  Часто проветривайте помещение, в котором находитесь
  -  Постарайтесь сократить посещение общественных мест (магазины, кафе)
  -  В многолюдных местах используйте маску
  -  Протирайте гаджеты дезинфицирующими салфетками
- ▶ Путешествуйте только с членами семьи. Не берите чужих попутчиков.
  - ▶ Используйте перчатки на заправочных станциях.
  - ▶ Расплачивайтесь бесконтактно банковской картой.
- ▶ Для мытья рук, приема пищи и пользования туалетом останавливайтесь на заправочных станциях.
- ▶ Не посещайте вагон-ресторан.
  - ▶ Не покупайте еду на привокзальных станциях, у частных лиц.
  - ▶ Используйте одноразовую или личную посуду.
- ▶ Носите маску в аэропорту и во время полета.
  - ▶ Не ходите по салону самолёта во время перелёта, кроме случаев использования туалетной комнаты.
  - ▶ В ручной клади не должно быть жидкостей более 100 мл и ртутного термометра.
- ▶ Скачайте приложение СОГАЗ -личный кабинет, в котором вы можете получить консультацию врача в рамках телемедицины.

## После возвращения из отпуска/командировки необходимо:

-  Проинформировать своего непосредственного руководителя о возвращении из отпуска/командировки в день возвращения.
-  Выполнить ПЦР-тест на covid-19 направляющимся/вернувшимся из командировки и вернувшимся из отпуска можно:
  - по предварительному согласованию с Печенкиной Еленой Александровной (тел. 8-499-949-41-40, EAPechenkina@rosatom.ru) в машине скорой помощи у здания ГК Росатом или в Клинической больнице 85 ФМБА России,
  - за наличный расчет в коммерческих клиниках, с последующей компенсацией расходов при предоставлении подтверждающих документов.
-  Если тест отрицательный, вы можете ехать в командировку/выходить на работу в офис.
-  Если тест положительный, вам необходимо остаться дома, безотлагательно вызвать врача на дом из поликлиники по месту жительства и находиться на карантине не менее 14 дней. На карантине также должны оставаться члены семьи, с которыми вы проживаете.
-  Обязательно проинформируйте своего непосредственного руководителя о состоянии вашего здоровья и результатах теста, контактах с другими сотрудниками.

Если у вас остались вопросы, обращайтесь:

**Телефон горячей линии Росатома  
8 (800) 755-09-90 доб. 2525**

Ежедневно с 9:00 до 18:00 (по московскому времени).

**Линия психологической поддержки Росатома  
8 (800) 755-09-90 доб. 2727**

Ежедневно с 9:00 до 18:00 (по московскому времени).