

## Omezení rizika šíření viru doma

### OCHRANA SEBE SAMA A OSOB KOLEM NÁS

Tento dokument si klade za cíl poskytnout členům našeho týmu pokyny, jak minimalizovat pravděpodobnost přinesení choroboplodných zárodků nebo viru COVID-19 domů, pokud se ve vaší domácnosti nachází **ohrožená osoba**. Centra pro kontrolu a prevenci nemocí (CDC) rozlišují dva hlavní způsoby přenosu onemocnění COVID-19: respirační a kontaktem. Tento dokument se zaměří na to, jak omezit riziko přenosu kontaktem. Bylo zjištěno, že virus na určitých materiálech zůstává aktivní až tři dny, proto je důležité mít toto na paměti, když budete dle tohoto dokumentu postupovat.

### Nechte to doma

- Noste do práce pouze důležité předměty.
- Zvažte, zda si můžete nosit oběd v sáčku namísto chladicího boxu nebo krabičky na oběd.
- Nechte šperky, sluneční brýle a pokrývky hlavy v autě.
- Uložte důležité předměty do uzamykatelné skříňky nebo na bezpečné místo, abyste minimalizovali pravděpodobnost kontaminace.
- Pokud nosíte kontaktní čočky, zvažte raději nošení brýlí, abyste omezili nutnost dotýkat se tváře.

### Nechte to v práci

- Vyhněte se chození domů v pracovních botách. Ponechte je v práci nebo v autě.
- Přineste si do práce náhradní oblečení a boty a noste pracovní oděv domů v pytlí.
- Pracovní předměty, včetně ochranných brýlí, pokrývek hlavy, rukavic, OOP, ponechte v uzamykatelné skříňce nebo na bezpečném místě.
- Po manipulaci s čímkoli, co bylo nošeno na veřejnosti, si umyjte ruce.
- Osprchujte se, pokud je to možné.

### Příchod domů

- Mějte v autě dezinfekční ubrousky a před vstupem do domu dezinfikujte osobní věci včetně průkazů, telefonů, klíčů, brýlí. Ponechte ve svém autě co nejvíce věcí.
- Vyhněte se doma fyzickému kontaktu s ostatními, dokud si nebudete moci převléct oblečení a osprchovat se.
- Uchovávejte prádlo v koši nebo na omyvatelném tvrdém povrchu.
- Netřeste špinavým prádlem ani je nevysypávejte na měkké povrchy, jako je ložní prádlo nebo pohovka.
- Při manipulaci s prádlem používejte jednorázové rukavice a ihned po sundání rukavic si umyjte ruce.
- Perte oblečení v nejteplejší vodě, která je pro daný oděv povolena.
- Pravidelně dezinfikujte váš domov a zaměřujte se na místa častého dotyku, včetně dveřních klik, dálkových ovladačů, tabletů, vypínačů světel, horních ploch pracovních desek a stolů, madel, dřezů.