



## Инструкция для спа и водных центров в условиях распространения COVID-19

- COVID-19 — это вирусное инфекционное заболевание, которое передается от человека к человеку воздушно-капельным путем, в основном при близком контакте с зараженным человеком.
- В благоприятных условиях вирус сохраняется на загрязненных поверхностях до трех дней, но погибает при очистке и дезинфекции.
- Риск распространения COVID-19 выше в закрытых и плохо вентилируемых помещениях с большим количеством людей.
- Цель инструкции состоит в том, чтобы дать спа и водным центрам указания по безопасному оказанию услуг в условиях распространения COVID-19.
- **При организации работы учреждения необходимо исходить из действующего распоряжения Правительства Республики: [«Меры и ограничения, необходимые для предотвращения распространения заболевания COVID-19»](#).**

### Чистота и вентиляция помещений

- Обеспечить, чтобы предусмотренная проектом здания механическая приточно-вытяжная вентиляция была исправна и включена. Необходимо соблюдать требования, приведенные в постановлении № 8 министра экономики и инфраструктуры от 02.04.2020 [«Дополнительные требования к вентиляции и проветриванию здания или нежилого помещения попечительского учреждения в условиях чрезвычайной ситуации»](#).
- Проводить в помещениях регулярную уборку и дезинфекцию обычными методами и средствами.
- Очищать банные и плавательные принадлежности общего пользования (банные полки, очки, шапочки и ласты, круги и нудлы для плавания и др.) после каждого использования.
- Поверхности в помещениях должны легко поддаваться чистке и дезинфекции.
- Предметы и поверхности, к которым часто прикасаются (например, прилавки, дверные ручки, столы, стулья, туалетные помещения и т. д.) очищать каждые 2–4 часа.
- Предназначенные для использования клиентами предметы текстиля стирать в стиральной машине в обычном режиме при температуре не менее 60 °C.
- Всевозможные загрязненные вирусом отходы (в т. ч. средства индивидуальной защиты) собирать в закрывающийся полиэтиленовый пакет и утилизировать как смешанные бытовые отходы. Подробнее прочитать об утилизации отходов можно здесь: [www.envir.ee/et/uudised/koroonajaatmed-tuleb-teistest-eemal-hoida](http://www.envir.ee/et/uudised/koroonajaatmed-tuleb-teistest-eemal-hoida).
- При уборке помещений и поверхностей следует соблюдать [Рекомендации Департамента здоровья по чистке и дезинфекции](#).

### Клиенты

- Носить маску или прикрывать рот и нос рекомендуется в закрытых и многолюдных местах со слабой вентиляцией, где невозможно соблюдать дистанцию с другими людьми. [Ознакомиться с принципами корректного ношения маски можно на сайте Департамента здоровья](#).
- Соблюдать в спа и водных центрах правила, предусмотренные действующим распоряжением для предприятий общественного питания.
- Поставщик услуг обеспечивает, чтобы в залах обслуживания, расположенных во внутренних помещениях предприятия, и в помещениях общего пользования **не находилось одновременно больше людей, чем предусмотрено действующим распоряжением, и чтобы у людей была возможность передвигаться и располагаться рассредоточенно**. Ограничение не действует в случае передвигающейся или находящейся вместе семьи, а также в случае, когда невозможно обеспечить разумное соблюдение упомянутых условий.



За основу заполняемости и рассредоточенного размещения берется количество квадратных метров, предназначенные для использования клиентами, а также предусмотренная для них площадь.

**Пример:** В случае заполнения на 25% в первую очередь следует вычислить 25% от площади помещения, предназначенного для общественного использования, а поскольку клиенты также должны соблюдать правило 2+2, то оставшиеся 25% следует разделить на 4. **Таким образом, в случае заполнения на 25% и площади 100 м<sup>2</sup> максимальное количество посетителей составляет 100/4/4=6,25 человек, в округленном виде – 6 человек.** В случае заполнения на 50% и площади 100 м<sup>2</sup> максимальное количество посетителей составляет 100/2/4=12,5 человек, в округленном виде 13 человек. **При расчете заполнения учитывают всех лиц, находящихся в помещении.**

- Уведомление о максимальном допустимом количестве посетителей по возможности должно быть оформлено в письменном виде и вывешено на двери заведения.
- Предупредить посетителей на сайте предприятия, его страницах в социальных сетях и возле входа в предприятие на трех языках (эстонском, английском и русском), чтобы они отказались от посещения водного центра или спа, если:
  - ✓ они обязаны находиться в изоляции по причине заболевания COVID-19 или близкого контакта с больным COVID-19;
  - ✓ у них имеются симптомы острого респираторного заболевания (в т. ч. легкий насморк, боль в горле, саднящее горло, кашель и др.);
  - ✓ на них распространяется ограничение передвижения в связи с возвращением из страны с высоким уровнем заболеваемости COVID-19. [Информация о странах с ограничением передвижения.](#)
- Предложить клиентам возможность зарегистрировать личные данные (имя и номер телефона). При этом пояснить, что предоставление данных является добровольным. Данные будут использованы, если позднее возникнет необходимость уведомить клиента о возможном контакте с зараженным.
- Рекомендуйте клиентам использовать мобильное приложение [HOIA](#). Приложение информирует лиц, находившихся в близком контакте (не менее 15 минут на расстоянии до 2 метров) с человеком, чей анализ на коронавирус оказался положительным.
- Обеспечить клиентам возможность вымыть руки, а при отсутствии такой возможности — продезинфицировать руки.
- Поместить антисептические средства для рук на видное место на пути передвижения клиентов, в том числе у входа и выхода.
- Снабдить пункты [мытья](#) и [антисептики](#) рук соответствующими инструкциями.
- Снабдить туалеты достаточным количеством мыла и одноразовых бумажных полотенец для рук. С точки зрения инфекционной безопасности лучше вытирать руки одноразовыми бумажными полотенцами, а не сушить сушилкой для рук.

## Работники

- Начиная с 24.11.2020 г. COVID-19, носящий официальное название SARS-CoV-2 (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2), относится к третьей группе опасности биологических факторов опасности. В случае любых работ, где присутствует риск контакта с биологическими факторами опасности, работодатель в ходе анализа рисков рабочей среды должен определить характер, размер и продолжительность опасности заражения работника и исходя из этого оценить риск для здоровья работника и принять необходимые меры профилактики. [С мерами профилактики можно ознакомиться на сайте Инспекции труда «Tööelu».](#)
- Носить маску или прикрывать рот и нос рекомендуется в закрытых и многолюдных местах со слабой вентиляцией, где невозможно соблюдать дистанцию с другими людьми. [Узнайте, как правильно носить маску, на сайте Департамента здоровья.](#)
- Обеспечить, чтобы все работники были осведомлены об основных мерах профилактики респираторных заболеваний.



- Напомнить работникам, что при малейших признаках инфекции находиться на работе запрещено. Установить порядок предотвращения нахождения заболевшего работника в помещениях предприятия.
- Свести к минимуму близкие контакты\* между работниками и клиентами. Если это невозможно, снабдить работников средствами индивидуальной защиты, например, защитным щитком, маской.
- Рекомендовать клиентам использовать мобильное приложение [HOIA](#). Приложение информирует лиц, находившихся в близком контакте (не менее 15 минут на расстоянии до 2 метров) с человеком, чей анализ на коронавирус оказался положительным.
- Обеспечить работникам возможность регулярного мытья рук. При мытье рук соблюдать [инструкцию](#).
- Если вымыть руки невозможно, следует продезинфицировать руки в соответствии с [инструкцией](#). Руки с видимым загрязнением обязательно нужно вымыть.
- В соответствии с результатами анализа рисков рабочей среды и характером работы выдать необходимые средства общей и индивидуальной защиты и провести обучение по их правильному и безопасному использованию. [Инструкции можно найти на сайте Департамента здравоохранения](#).
- Всевозможные загрязненные вирусом отходы (например, носовые платки, маски и др.) нужно утилизировать в соответствии с инструкцией: [www.envir.ee/et/uudised/koroonajaatmed-tuleb-teistest-eemal-hoida](http://www.envir.ee/et/uudised/koroonajaatmed-tuleb-teistest-eemal-hoida).
- Рабочую одежду нужно регулярно стирать в соответствии с обычным распорядком предприятия. Одежду заболевшего работника нужно выстирать немедленно.
- Одежду и другие используемые на работе средства труда по возможности не следует забирать домой.

Если работник заболел респираторным заболеванием  
(температура, кашель, слабость и др. симптомы)

- Если работник заболел во вне рабочее время, он должен оставаться дома.
- Если работник заболел на рабочем месте, он должен немедленно покинуть его.
- Заболевший связывается с семейным врачом, который принимает решение о диагностике COVID-19, необходимости тестирования и листе нетрудоспособности.
- С точки зрения предотвращения распространения COVID-19 важно, чтобы заболевший работник информировал работодателя о подтверждении диагноза COVID-19. Информирование работодателя происходит в соответствии с договоренностью между работником и работодателем.
- При подтверждении диагноза COVID-19 необходимо выявить на рабочем месте людей, которые находились в близком контакте\* с заболевшим работником в период проявления симптомов или за два дня до этого. Если у работника не было симптомов, то близко контактировавшими\* с ним считаются работники, которые находились в близком контакте с ним за два дня до получения положительного результата теста. [Подробную информацию об определении близких контактов можно найти на сайте Департамента здоровья](#).
- Работодатель, информированный работником о диагнозе COVID-19, ведет сотрудничество с региональным отделением Департамента здоровья, чтобы выявить близкие контакты\* работника на работе и получить указания по дальнейшей организации труда.
- Занесите информацию о людях, близко контактировавших с заболевшим на работе, в соответствующую таблицу (таблицу можно найти [здесь](#)).



- После беседы с Департаментом здоровья следует отправить данную таблицу в зашифрованном виде в соответствующее региональное отделение Департамента здоровья (вам предоставят контактные данные).
- Люди, близко контактировавшие с заболевшим, обязаны находиться в карантине в течение 10 дней и тщательно следить за своим здоровьем. Хотя тестирование не является обязательным, Департамент здоровья рекомендует людям, близко контактировавшим с заболевшим, по окончании 10-дневного периода изоляции пройти тестирование на SARS-CoV-2, чтобы выявить возможное бессимптомное или предсимптомное течение заболевания. Рассчитать продолжительность изоляции для людей, близко контактировавших с заболевшим, можно с помощью [калькулятора изоляции от Союза семейных врачей Эстонии](#).
- Указанное в распоряжении обязательство нахождения по месту жительства или постоянному месту пребывания в течение 10 календарных дней и требования в отношении тестирования на коронавирус SARS-CoV-2, вызывающий заболевание COVID-19, не применяются в отношении лица, если последнее:
  - 1) перенесло заболевание COVID-19, врач признал его выздоровевшим, и с момента признания лица выздоровевшим прошло не более **шести месяцев**;
  - 2) прошло соответствующий курс вакцинации против COVID-19, достигло максимальной защиты после последней дозы вакцины, и с этого момента прошло не более **одного года**;
  - 3) после перенесенного заболевания COVID-19 получило одну дозу вакцины, достигло максимальной защиты после вакцинации, и с этого момента прошло не более одного года, или же заболело COVID-19 после получения первой дозы вакцины, и с момента признания врачом лица выздоровевшим прошло не более одного года.
- Потенциально загрязненные вирусом помещения нужно закрыть и открыть после того, как в них будет проведена основательная уборка, дезинфекция и проветривание.
- При уборке помещений и поверхностей соблюдать Рекомендации Департамента здоровья по чистке и дезинфекции».
- Если выяснится, что заболевший работник не болен COVID-19, другие работники могут продолжить работу, но в течение 10 дней они обязательно должны следить за своим здоровьем.

**РУКИ НЕОБХОДИМО МЫТЬ:**

- перед началом работы;
- перед работой с пищей, прошедшей тепловую обработку, или готовой пищей; обработка белья
- после работы с пищей, не прошедшей тепловую обработку, или ее приготовления;
- после обращения с отходами;
- после уборки;
- после пользования туалетом;
- после сморкания, чихания или кашля;
- после еды, питья или курения;
- после обращения с деньгами.

**\*БЛИЗКИМ КОНТАКТОМ СЧИТАЕТСЯ:**

- прямой физический контакт с больным COVID-19 (например, рукопожатие);
- прямой контакт с выделениями больного COVID-19 без использования средств защиты (например, если на человека кашляют);
- нахождение с больным COVID-19 в течение не менее 15 минут на расстоянии до 2 метров.

**Указания и рекомендации можно найти:**

[Печатные материалы и инструкции Департамента здоровья по заболеванию COVID-19](#)

[Рекомендации Ветеринарно-продовольственного департамента для работников продовольственной отрасли в связи с коронавирусом](#)

[Рекомендации Инспекции труда для работодателей и работников](#)