

ВЕКТОР

общество с ограниченной
ответственностью

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
" ВЕКТОР "**

✉ 188800, Россия, г. Выборг
Московский пр., 10-а



(81378) 3-02-52

Факс:

(81378) 3-02-52

e-mail:

info@vector-vbg.ru

Уважаемые жители домов под управлением ООО «Вектор»

, во исполнение письма Комитета ГЖНиК Ленинградской области № гжило-02-2813 от 14.04.20г. просим **обратить ваше внимание** на следующую информацию по соблюдению режима самоизоляции в условиях распространения коронавирусной инфекции:

1. Прогулки с домашними животными разрешены, но строго без контактов с людьми.
2. На улице ходить в масках и перчатках. Если выходите куда либо по делам, надо взять с собой санитайзер. Лицо не трогать. Если очень надо — только после санитайзера.
3. Предпочитать лифт лестнице, но в лифт с другими людьми не заходить и к себе не пускать. На лестнице, по возможности, не касаться перил.
4. На улице держаться от людей на расстоянии минимум 1,5-2 метров. На случай всевозможных проверок берите с собой документ, подтверждающий личность.
5. Перед входом в общественное помещение подумать, действительно это необходимо, а потом **обязательно** надевать маску. Это защита окружающих, уважение к их страхам и хороший пример.
6. При поездке на личной машине, в т.ч. за город, старайтесь пользоваться бесконтактной заправкой (сейчас будет актуально при начале настоящей весны). Общественный транспорт нежелателен, но если вы им вынуждены пользоваться, обязательно находиться внутри в маске и перчатках.
7. После возвращения перед входом в дом обработать руки санитайзером.
8. После входа в жилые помещения — надо сразу идти в ванную и мыть мылом руки и (можно не мылом) лицо. Руки — не менее 20 секунд, лицо — на ваше усмотрение.
9. Дома никаких ограничений нет. Только в уличной одежде и обуви не ходить.
10. При заказе еды/лекарств/прочего забирать заказ у курьера на лестнице, не пересекаться с ним. Забирать заказ после его ухода.
11. По возможности ни с кем не встречаться, никого не целовать, не обнимать. Не звать гостей и не ходить в гости.
12. Обучение — онлайн. Спорт — дома (зарядка, планка, йога, массаж друг другу). Сон — по режиму. Есть большая опасность начать жить, как на новогодних каникулах: развлекаться всю ночь, отсыпаться днем. Помните, что здоровый сон укрепляет иммунитет, а нездоровый не только бьет по иммунитету, но и сильно повышает тревожность и снижает устойчивость к стрессу.
13. Постарайтесь производить покупку продуктов и предметов первой необходимости, вынос мусора, отправка/получение почты и др. как можно реже, лишь при возникновении неотложной необходимости, а так же не допускать нахождение вне дома родственников 65 лет (и старше), обеспечивая им доставку на дом всего необходимого.
14. Санитарная обработка ваших подъездов проводится нами утром понедельника, среды и пятницы. В период самоизоляции важно соблюдение вами режима проветривания, правил гигиены, регулярное проведение влажной уборки ваших помещений с применением средств бытовой химии с моющим или моюще-дезинфицирующим эффектом.

Директор

Никитин П.В.