

# Toimenpiteet koronaviruksen (COVID-19) leviämisen estämiseksi

## Käytä maskia! Suojaat sillä itseäsi ja muita.

### MASKI ON TYÖTURVA- VARUSTE

- Maskin käyttö Pylonin työmailla on pakollista.



### VÄLTÄ KASVOIHIN KOSKEMISTA

- Silmät
- Nenä
- Suu
- Käytä kasvosuojainta

## Huolehdi hygieniasta!

### PESE KÄDET

- Toimistolle tullessa
- Wc-käynnin jälkeen
- Ennen ruokailua
- Käytä lämmintä vettä ja saippuaa
- Pese vähintään 20 sekunnin ajan
- Kuivaa kädet paperipyyhkeellä
- Käytä paperipyyhettä, kun kosket hanaan ja ovenkahvaan

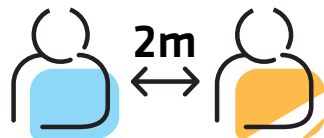
### YSKI JA AIVASTA OIKEIN

- Suojaa suusi ja nenäsi kertakäyttönenäliinalla, tai yski hihaan
- Heitä käytetty nenäliina roskakoriin ja pese kädet



## Pidä turvaväli!

- Tervehdi ilman kättelyä, haleja, ylävitosia tai nyrkkitervehdyksiä
- Pidä vähintään kahden metrin etäisyys toisiin ihmisiin



## Suojaudu koronalta myös työajan ulkopuolella!

- Maskin käyttö kauppoissa, julkisessa liikenteessä, kimpakyydeissä
- Korostettu käsihygienia
- Pidä huolta turvaväleistä (vähintään 2m)

## Minimoi kontaktit!

- Ei vaihdeta kimpakyytien henkilöitä (samat ryhmät)
- Ei lyhytaikaisia työmaiden vaihtoja
- Vältä turhaa matkustamista riskialueille.
- Noudata maahan tullessa karanteenisäädöksiä. Esitä negatiivinen koronatestitulokset työnjohdolle.



## COVID-19 oireet ovat:

- Kuume, kurkkukipu, yskä, nuha, päänsärky, hengenahdistus, lihaskivut ja väsymys
- Virus leviää pisaratartunnalla: yskimällä, aivastamalla ja saastuneiden pintojen kautta.

## Jos olet sairas, pysy kotona!

- Ilmoita esimiehellesi välittömästi, jos sinulla on flunssaoireita.
- Älä tule toimistolle tai työmaalle.
- Ota yhteyttä terveydenhuoltoon ja tarvittaessa käy koronatestissä.



## Jos olet altistunut koronavirukselle

- Noudata terveydenhuollon antamia ohjeita.
- Pysy karanteenissa.

## Lataa puhelimesi koronavilkku-sovellus!

- koronavilkku.fi. Sovellus auttaa sinua selvittämään, oletko mahdollisesti altistunut koronavirukselle.
- Jos saat ilmoituksen mahdollisesta altistuksesta, toimi sovelluksen ohjeiden mukaan. Ilmoita altistusepäilystä esimiehellesi.