



РЕЖИМ САМОИЗОЛЯЦИИ ПРАВИЛА И НОРМЫ

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Обращение Главного исполнительного директора.....	1
2.	Правила проживания в пункте временного пребывания в режиме самоизоляции.....	2
2.1	Общие правила проживания	
2.2	Организация питания	
2.3	Организация смены/стирки белья	
2.4	Проведение дезинфекции	
2.5	Утилизация мусора	
2.6	Организация дополнительной активности	
3.	Ответственность проживающего в режиме самоизоляции.....	4
3.1	Права	
3.2	Обязанности	
3.3	Ограничения	
3.4	Рекомендации	
3.5	Ответственность	
4.	Профилактика коронавирусной инфекции	5
4.1	Симптомы	
4.2	Правила профилактики	
5.	Предупреждение о проверке наличия запрещенных предметов и веществ.....	7
6.	Вопросы кадрового регулирования.....	8
6.1	Общие вопросы	
6.2	Учет рабочего времени	
6.3	Взаимодействие со специалистами по кадровым вопросам	
7.	Возможности обучения и развития компетенций	10
8.	Информационная безопасность	11
9.	IT-вопросы.....	12
10.	Правила безопасности.....	14
10.1	Жизненно важные правила безопасности	
10.2	Культура безопасности. «Цель ноль»	
10.3	Правила пожарной безопасности	
10.4	Управление стрессом	
10.5	Как сообщить об инциденте	
11.	Контактная информация.....	18
11.1	Контактные телефоны объектов	
11.2	Телефон дежурного медицинского работника (врача)	
11.3	Телефон горячей линии	
11.4	Ссылки на сайт	
11.5	Горячие линии (Роспотребнадзор, Министерство здравоохранения Российской Федерации)	



Уважаемые коллеги! Дорогие друзья!

Обращаюсь к вам по вопросу, который сегодня волнует всех нас. Мы видим, как остро меняется ситуация с распространением в мире заболевания, вызванного новым типом коронавируса (COVID-19), несмотря на объединение усилий медицинского сообщества, экспертов, населения и, конечно, правительств многих стран.

В сложившихся условиях компания находит возможность выполнять все обязательства перед сотрудниками и сосредоточилась на вопросах, которые являются ключевыми для всех нас. Это борьба с распространением эпидемии коронавируса, сохранение занятости, обеспечение надежности производства, и главное – безопасность людей, что всегда было и остается безусловным приоритетом.

В связи с этим «Сахалин Энерджи» разработала комплекс мер, направленных на сохранение здоровья нашего персонала и подрядчиков. Они реализуются с учетом высокой динамики ситуации и полностью соответствуют требованиям, которые предъявляют к работодателям государственные органы Российской Федерации и Сахалинской области.

Одним из таких требований является соблюдение режима самоизоляции в течение 14 дней после прибытия в островной регион. Со своей стороны компания организовала специально оборудованные территории для самоизоляции работников, занятых на проекте «Сахалин-2». Эти объекты обеспечены всем необходимым для проживания в течение двух недель перед началом вахты.

Понимаю, что нарушен ваш привычный ритм жизни. Но режим самоизоляции, его испытания надо непременно выдержать. Уверен, и вы осознаете, насколько высока ваша личная ответственность, чтобы предпринимаемые компанией меры сработали максимально эффективно. Это двусторонняя работа. Я ожидаю от каждого из вас высокого уровня самосознания и надеюсь на взаимопонимание. От нашей дисциплины зависит победа в борьбе с инфекцией, которую мы просто обязаны достичь.

Прошу внимательно изучить требования и рекомендации, изложенные в буклете, и неукоснительно их соблюдать. Нам необходимо всем вместе преодолеть этот непростой период, когда компании приходится вести свою деятельность в новом формате. Но «Сахалин Энерджи» всегда нацелена на то, чтобы обеспечить оптимальный уровень социальной устойчивости для своих работников.

Считаю, что преодоление внешних вызовов дает нам шанс для новых возможностей. Используйте время вынужденной изоляции для саморазвития и качественной подготовки к предстоящей работе. Коронавирус – не причина невыполнения показателей. Сейчас особенно важно сплотиться и подтвердить наш профессионализм. Наша общая задача – обеспечить устойчивое производство сегодня, заложив при этом фундамент для уверенного роста в будущем.

Искренне желаю здоровья вам и вашим семьям!

**Роман Юрьевич Дашков,
Главный исполнительный директор**

2. ПРАВИЛА ПРОЖИВАНИЯ В ПУНКТАХ ВРЕМЕННОГО ПРЕБЫВАНИЯ В РЕЖИМЕ САМОИЗОЛЯЦИИ

Данный пункт временного пребывания организован с целью обеспечения 14-дневного периода самоизоляции.

Производственные объекты компании объявлены стерильными. Все предпринимаемые меры предназначены для того, чтобы не допустить проникновения инфекции на производственные объекты.

2.1 ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПРОЖИВАНИЯ

На территории и в помещениях пункта временного пребывания действуют следующие правила:

- При возникновении вопросов следует обращаться к координатору пункта временного пребывания или медицинскому работнику (контактные телефоны сообщаются на инструктаже по технике безопасности во время заселения).
- Следует бережно относиться к имуществу на территории пункта временного пребывания, не допускать повреждения мебели, оборудования и сантехнических приборов в помещениях общего пользования.
- Следует своевременно сообщать координатору пункта временного пребывания о поломках и неисправностях оборудования или мебели. Не пытайтесь проводить ремонт самостоятельно.
- Не допускается размещение в комнате любых настенных предметов и приспособлений (градусники, крючки, вешалки, шурупы, гвозди, бельевые веревки и т. п.).
- Строго запрещается несанкционированное изменение систем электрической проводки, пожарной сигнализации. Не допускаются несанкционированные замены/перемещения электрооборудования, осветительных приборов.
- Запрещается перестановка мебели без согласования с координатором пункта временного пребывания.
- В каждой комнате обеспечен необходимый запас гигиенических принадлежностей (мыло, туалетная бумага).
- В целях предупреждения пищевых отравлений запрещено привозить любые скоропортящиеся продукты, такие как: яйца, молоко, молочные продукты, вареная/копченая колбаса, сало, соленая/копченая рыба, домашняя выпечка, все продукты домашнего консервирования (грибы, огурцы, салаты, кимчи и т. п.).

ВНИМАНИЕ! При обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т. п.) следует немедленно оповестить об этом координатора пункта временного пребывания. Самостоятельное тушение пожара доступными средствами возможно, только если ситуация не угрожает вашей жизни.



2.2 ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ

Для снижения вероятности инфицирования работников, проживающих в режиме самоизоляции, и обслуживающего персонала организовано питание в комнатах проживания.

Время и способ доставки блюд в каждом пункте временного пребывания устанавливаются отдельно. Питание предоставляется в одноразовой пластиковой посуде.

Использованную одноразовую посуду вместе с возможными остатками пищи следует помещать в пакет с бытовым мусором.

2.3 ОРГАНИЗАЦИЯ СМЕНЫ/СТИРКИ БЕЛЬЯ

В каждой комнате находится комплект постельного белья и полотенец. Смена постельного белья и полотенца производится один раз в неделю (через семь дней после заезда). Использованное постельное белье и полотенца следует поместить в специальный пакет, указав номер комнаты, и выставить за дверь.

Стирка личных вещей осуществляется согласно регламенту организации и эксплуатации пункта временного пребывания.

2.4 ПРОВЕДЕНИЕ ДЕЗИНФЕКЦИИ

В пунктах временного пребывания ежедневно два-три раза в день проводится дезинфекция мест общего пользования (коридоры, санузлы, выходы/входы и пр.).

В комнате производится уборка согласно регламенту организации и эксплуатации пункта временного пребывания.

При подозрении на коронавирусную инфекцию все проживающие в комнате направляются в медицинское учреждение для госпитализации, их комната полностью дезинфицируется.

2.5 УТИЛИЗАЦИЯ МУСОРА

В каждой комнате имеется необходимый запас пакетов для мусора.

По мере наполнения пакет следует выставить за дверь комнаты в установленное время для последующей дезинфекции и утилизации.

2.6 ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Кратковременное покидание комнаты и курение осуществляется согласно регламенту организации и эксплуатации пункта временного пребывания.

3. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПРОЖИВАЮЩЕГО В РЕЖИМЕ САМОИЗОЛЯЦИИ

3.1 ПРАВА

Постановлением Правительства РФ от 31.01.2020 № 66 коронавирусная инфекция (2019-нCoV) внесена в перечень заболеваний, представляющих опасность для окружающих. Наиболее существенные меры по борьбе с угрозой распространения коронавирусной инфекции принимаются на территории всей страны, в т. ч. островного региона. Компания также принимает все меры по предотвращению распространения инфекции.

Каждому проживающему предоставляется **право** на:

- безопасные условия проживания с обязательным соблюдением правил самоизоляции;
- отдельное койко-место в изолированной комнате пункта временного пребывания;
- запас средств индивидуальной защиты одноразового использования;
- трехразовое питание;
- экстренную медицинскую помощь.

3.2 ОБЯЗАННОСТИ

На протяжении периода 14-дневной самоизоляции каждый проживающий обязан:

- При заселении в пункт временного пребывания пройти термометрию и заполнить опросный лист.
- Проходить медицинское наблюдение два раза в день (контроль температуры, внешний осмотр, опрос).
- Проживать только в отведенной при заселении комнате. После заселения не покидать комнату до особого распоряжения (согласно распоряжению Роспотребнадзора РФ от 11.02.2020 № 02/2037-2020-32).
- В случае сигнала тревоги покинуть здание пункта временного пребывания и проследовать к специальному месту сбора.
- За пределы комнаты выходить в средствах индивидуальной защиты (СИЗ): медицинской маске и медицинских перчатках одноразового использования. Запас СИЗ находится в комнате проживания.
- Использованные СИЗ собирать в отдельный пакет для последующей утилизации.
- При любых передвижениях по пункту временного пребывания и его территории соблюдать дистанцию не менее 1,5 м от других проживающих и от персонала пункта.
- При нахождении за пределами жилой комнаты обязательно использование медицинской маски и медицинских перчаток.
- Самостоятельно производить уборку комнаты, сбор бытового мусора и смену постельного белья.
- Соблюдать рекомендации медицинского работника и сообщать о любых изменениях в состоянии здоровья.

В каждой комнате заранее назначается ответственный, который в случае аварийной ситуации сообщает диспетчеру по мобильному телефону (или рации) о завершении эвакуации и наличии на месте сбора всех, кто проживает в комнате.

3.3 ОГРАНИЧЕНИЯ

- В течение всего периода самоизоляции необходимо оставаться в комнатах до особого распоряжения.
- Запрещается допуск посторонних лиц в комнаты самоизоляции проживающих, а также визиты из комнаты в комнату.
- Запрещается приготовление еды в комнатах.

3.4 РЕКОМЕНДАЦИИ

При нахождении в комнате **рекомендуется**:

- Соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки с мылом (не менее 20 сек.).
- Соблюдать нормы этичного поведения и межличностного общения.
- Содержать в чистоте и порядке место пребывания.
- Регулярно проветривать комнату.
- Соблюдать тишину в ночное время суток.
- Уважать интересы своих соседей и коллег.

3.5 ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Нарушение режима самоизоляции повышает риск распространения инфекции и подвергает опасности всех, кто находится в пункте временного пребывания.

Законодательство РФ предусматривает административную и уголовную ответственность за нарушение санитарно-эпидемиологических правил.

В случае выявления нарушения работником правил проживания в пункте временного пребывания в режиме самоизоляции работодатель имеет право с учетом конкретных обстоятельств привлечь работника к дисциплинарной ответственности в соответствии с нормами Трудового кодекса РФ.

4. ПРОФИЛАКТИКА КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

COVID-19 – это заболевание, вызванное новым коронавирусом.

SARS-CoV-2 – название самого вируса. Источником инфекции является инфицированный человек.

4.1 СИМПТОМЫ

К симптомам коронавирусной инфекции относятся высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит и др.

В некоторых случаях могут проявляться симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.

Среди осложнений преобладает вирусная пневмония. В этом случае состояние больного ухудшается стремительно, в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией легких.

Реже, но наблюдается в том числе бессимптомное протекание болезни, без каких-либо клинических проявлений.

Компания предпринимает максимальные усилия для выявления инфекции на ранних стадиях.

Крайне важно соблюдать все необходимые профилактические меры. Вовремя начатое лечение облегчает тяжесть болезни.

4.2 ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ

Для предотвращения распространения инфекции следует выполнять ряд повседневных правил.



ПРАВИЛО 1. РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Гигиена рук – важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. При этом использование мыла способствует удалению вирусов. В случае отсутствия такой возможности пользуйтесь антисептиками для обработки рук, влажными салфетками с антибактериальным эффектом. Чистка и регулярная дезинфекция поверхности столов, стульев, дверных ручек, электронных устройств и т. п. препятствует распространению вирусов.



ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ И ЭТИКЕТ

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем (чихание, кашель). Соблюдайте дистанцию не менее одного метра от больных. При кашле, чихании прикрывайте рот и нос. Не трогайте руками глаза, нос или рот – вирус гриппа и коронавирус распространяются путем попадания на слизистые поверхности. Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты (см. правило 4).



ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте режим, включающий полноценный сон, поддерживайте физическую активность.



ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКОЙ

Защита органов дыхания маской – один из эффективных способов профилактики инфекций, передающихся воздушно-капельным путем. Необходимое количество масок будет находиться в каждой комнате. Маски могут иметь разную конструкцию и различную пропитку. Они могут быть одноразового (2, 4, 6 часов) или многократного применения. Не носите маску дольше установленного срока службы и не используйте ее повторно во избежание инфицирования.

ПРАВИЛО 5. В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ

Срочно обратитесь к медицинскому работнику и следуйте его предписаниям.

ВНИМАНИЕ!

Запрещается игнорировать режим самоизоляции даже при отсутствии признаков заболевания. Нельзя заниматься самолечением. Не существует вакцины против коронавируса и специфических лекарств для лечения. Нельзя подвергать риску окружающих. Необходимо избегать рукопожатий и объятий, соблюдать гигиену при кашле и чихании, пользоваться одноразовой посудой и личным полотенцем. Находиться рядом с другими людьми можно только в медицинской маске.

5. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ О ПРОВЕРКЕ НАЛИЧИЯ ЗАПРЕЩЕННЫХ ПРЕДМЕТОВ И ВЕЩЕСТВ

Компания и подрядчики стремятся к обеспечению максимально безопасных условий труда на всех объектах проекта «Сахалин-2».

На территории пункта временного пребывания проводятся мероприятия по выявлению предметов и веществ, являющихся источниками повышенной опасности и создающих угрозу жизни и здоровью людей, безопасности окружающей среды.

При въезде на объект проводится обязательный досмотр багажа персонала.

К запрещенным к ввозу на территорию пункта временного пребывания предметам и веществам относятся:

- взрывчатые вещества и самодельные взрывные устройства;
- радиоактивные вещества;
- огнестрельное, газовое, пневматическое оружие и предназначенные для него боеприпасы;
- электрошокеры (оружие шокового действия);
- ножи и устройства, относящиеся к категории холодного оружия;
- алкогольные напитки, наркотические вещества, а также устройства и приспособления для их изготовления и употребления;
- любые лекарственные средства, не подтвержденные официальным рецептом;
- токсичные химические вещества (включая ртуть, едкие кислоты и щелочи).

Выборочная проверка наличия запрещенных веществ может быть проведена среди всех лиц на территории пункта временного пребывания.

Находящийся на территории пункта временного пребывания персонал обязан оказывать содействие работникам охраны.

ВНИМАНИЕ! Лица, отказавшиеся пройти досмотр багажа, не допускаются на территорию пункта временного пребывания компании. Лица, совершившие правонарушение, употребляющие алкоголь или наркотические вещества, удаляются с территории объектов.

Факты употребления алкоголя и наркотических веществ расцениваются как грубейшее нарушение работником своих трудовых обязанностей и документально фиксируются в порядке, предусмотренном ТК РФ.

6. ВОПРОСЫ КАДРОВОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ

6.1 ОБЩИЕ ВОПРОСЫ

В период 14-дневной самоизоляции, как и во время вахты, при решении кадровых вопросов действуют и применяются локальные нормативные акты работодателя, если не оговорено иначе.

Во время самоизоляции вы можете оформить в кадровой службе работодателя необходимые кадровые документы (заявления, справки и т. д.), используя электронные средства связи.

6.2 УЧЕТ РАБОЧЕГО ВРЕМЕНИ

Время пребывания в пунктах самоизоляции должно быть правильно отражено в таблице учета рабочего времени. Это обеспечивает корректность учета и расчета заработной платы. В отношении работников «Сахалин Энерджи» необходимо использовать кодировку «ОБ», работникам подрядных организаций – кодировку, принятую у работодателя.

6.3 ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СО СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО КАДРОВЫМ ВОПРОСАМ

В случае возникновения вопросов, связанных с кадровым регулированием, работники «Сахалин Энерджи» могут обращаться к HR-бизнес-партнеру (см. таблицу ниже), а работники подрядных организаций – в кадровые службы этих организаций.

Клиентская группа	Отдел кадровой операционной деятельности	Номер мобильного телефона
Служба инженерного обеспечения и технического обслуживания	Алина Амелян	+7 914 759-99-52
Служба по инженерно-техническому обеспечению производства		
Служба по организации перевозок	Елена Кравец	+7 914 759-43-40
Управление по взаимодействию с государственными органами надзора и контроля		
Производственный комплекс «Пригородное»	Ксения Веднёва	+7 914 759-40-02
Кадровый директорат		
Кадровый директорат (Сахалинская международная школа)	Наталья Фёдорова	+7 914 755-39-59
Служба по проектно-инженерному обеспечению		
Департамент по строительству третьей технологической линии завода по производству СПГ		
Департамент по строительству дожимной компрессорной станции на ОБТК	Тимофей Бучнев	+7 914 759-40-44
Департамент по производству (морские объекты)		
Департамент по производству (наземные объекты)	Денис Давыдов	+7 914 759-47-49
Технический директорат	Наталья Фролова	+7 914 759-45-69
Финансовый директорат		
Коммерческий директорат	Анна Полянская	+7 914 759-98-88
Директорат правового обеспечения		
Аппарат управления		
Московское представительство		

7. ВОЗМОЖНОСТИ ОБУЧЕНИЯ И РАЗВИТИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ



Во время пребывания в самоизоляции вы можете пройти процесс оценки компетентности в сфере ОТОС, а также обучение по различным доступным направлениям, исходя из плана обучения на 2020 год и необходимости восполнить пробелы в обязательных компетенциях/сертификациях.

В случае вопросов об организации обучения работники «Сахалин Энерджи» могут обращаться к руководителям соответствующих направлений.

Направление	Контактное лицо	Телефон для связи
Обязательное обучение по ОТОС / Оценка ОТОС-компетенций	Анна Михайлюта	+7 914 759-94-87
Производственное обучение / Программа обеспечения компетентности рабочих	Татьяна Дармешкина	+7 914 759-47-93
Профессиональное обучение, CBD	Яков Пяк	+7 914 759-95-76
Промышленная безопасность, электробезопасность	Елена Ковацкая	+7 914 759-41-84

ВНИМАНИЕ! При нахождении в режиме самоизоляции вам необходимо изучить План технических мероприятий для объектов, который будет находиться в комнатах. Вы также можете подготовиться к предстоящим работам, связавшись со своим линейным руководителем или представителем «Сахалин Энерджи» на объекте (см. раздел 11.1 «Контактные телефоны объектов»).

8. ИНФОРМАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

В период повышенной готовности к ЧС соблюдение всех правил информационной безопасности в соответствии с политикой «Сахалин Энерджи» по взаимодействию со средствами массовой информации и участию в публичных мероприятиях становится еще более актуальным.

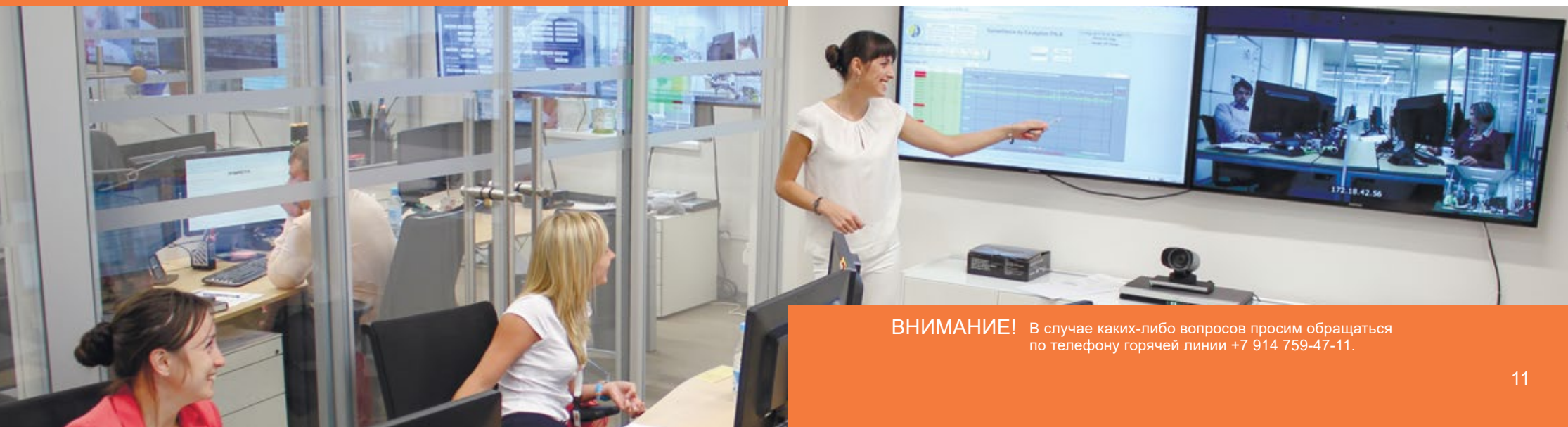
Все работники компании, включая персонал, прикомандированный акционерами, и работников кадровых агентств, обязаны следовать положениям данной политики при обсуждении деятельности компании в СМИ (включая интернет-ресурсы, социальные сети и мессенджеры) и с их представителями как в рабочем, так и в частном порядке.

Общение работников в социальных сетях, интернет-ресурсах и мессенджерах от имени компании приравнивается к раскрытию информации в СМИ. Работники компании несут ответственность за содержание своих публикаций в социальных сетях, мессенджерах и интернет-ресурсах.

При использовании социальных сетей, мессенджеров и интернет-ресурсов работники компании не имеют права:

- высказываться от имени компании;
- публиковать любую информацию, касающуюся деятельности компании, если ее нет в открытом доступе;
- публиковать фотографии, сделанные на объектах компании, даже если авторами являются сами работники;
- использовать логотип и название компании;
- использовать при регистрации в личных целях в сети интернет адреса электронной почты компании.

Любая информация, относящаяся к деятельности «Сахалин Энерджи» и проекта «Сахалин-2» может быть использована/распространяется только при согласовании департамента корпоративных отношений и разрешении Главного исполнительного директора.



ВНИМАНИЕ! В случае каких-либо вопросов просим обращаться по телефону горячей линии +7 914 759-47-11.

9. ИТ-ВОПРОСЫ

В связи с ограниченной емкостью каналов связи возможны задержки и перемены во время работы в интернете и звонках через интернет.



Во избежание этого, по возможности:

- отключайте видеорежим при звонках через интернет;
- при просмотре видео устанавливайте параметры качества 240p или 320p;
- сократите объем использования потоковых сервисов для просмотра видео и прослушивания музыки (YouTube, Yandex Music и т. п.).

В случае вопросов о подключении к сети пункта временного пребывания (Wi-Fi, 3G, LTE) следует обратиться по номеру поддержки в месте проживания (см. раздел 11 «Контактная информация»).

При возникновении вопросов о подключении к VPN следует обратиться в службу ИТ-поддержки по телефону +7 (4242) 66-44-44.

Обращаем внимание на соблюдение требований информационной безопасности:



- обязательно блокируйте рабочий стол компьютера, когда его не используете;
- не оставляйте без присмотра личный портативный компьютер (лэптоп) и любые носители информации, такие как внешний жесткий диск или карта памяти;
- храните GID-карту в безопасном месте, никому не передавайте ее и личные данные учетных записей;
- установка программного обеспечения на компьютер компании производится только посредством ИТ-запроса. Запрещены установка и запуск неодобренного программного обеспечения, в том числе портативного (не требующего установки);
- помните о фишинг-письмах. Не открывайте ссылки, не скачивайте и не открывайте приложенные файлы в подозрительных письмах. На рабочем компьютере необходимо выделить спам- и фишинг-сообщения и нажать кнопку Report Phishing. В случае сомнения следует обратиться в службу ИТ-поддержки по телефону +7 (4242) 66-44-44;
- не обсуждайте конфиденциальную рабочую информацию при посторонних;
- храните конфиденциальные документы в специально отведенной для этого области системы Unica;
- не передавайте конфиденциальные документы в незащищенном виде через общий сетевой диск.

Подробности подключения к сети интернет и дополнительная ИТ-информация для каждого объекта предоставляется отдельно в пункте временного пребывания.

10. ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

10.1 ЖИЗНЕННО ВАЖНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

Наше стремление к достижению «Цели ноль» основано на соблюдении требований законов, стандартов и процедур, на практике вмешательства и проявления заботы об окружающих. Это возможно и осуществимо благодаря корпоративной системе управления ОТОС и социальной деятельности (СД), включающей десять жизненно важных правил безопасности. Их необходимо помнить и неукоснительно соблюдать при выполнении работ на всех объектах компании.



10.2 КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ. «ЦЕЛЬ НОЛЬ»

«Сахалин Энерджи» стремится к достижению «Цели ноль», то есть к полному предотвращению происшествий.

Это значит, что:

- охрана труда и здоровья работников – это одна из наших базовых ценностей, неотделимая от честности, добросовестности и уважения к людям;
- мы неустанно стремимся к обеспечению безопасности людей и недопущению серьезных происшествий и разливов;
- движение к полному предотвращению происшествий изменяет способ нашего мышления и действий;
- достижение «нулевого показателя» возможно.

МОДЕЛЬ КУЛЬТУРЫ «ЦЕЛЬ НОЛЬ»

1. **Безопасность – это образ жизни**
Это наша ценность и мы работаем безопасно не по принуждению, а по собственному выбору

-
- The diagram is a circular model with a central logo featuring three stylized human figures in blue, yellow, and red. The logo is surrounded by the text 'ЦЕЛЬ НОЛЬ' (ZERO GOAL) and 'Без травм. Без утечек.' (Without injuries. Without leaks.). The circle is divided into seven segments by red stars, each containing a number and a description of a safety principle.
2. Мы относимся к людям с заботой и уважением
На всех уровнях мы демонстрируем приверженность и лидерство, развиваем доверительные отношения
 3. Мы поддерживаем культуру осознанной ответственности и справедливости
 4. Мы воодушевляем и поддерживаем инициативных людей,
мы признаем и отмечаем личные примеры эффективного вмешательства и ответственности
 5. Мы учимся и обмениваемся опытом, извлеченным уроками и лучшими практиками как внутри компании, так и в рамках отрасли и по всему миру
 6. Мы работаем как команда внутри компании и с нашими покупателями, поставщиками, подрядчиками и субподрядными организациями
 7. Мы поддерживаем развитие лидерства на всех уровнях, чтобы создать культуру безопасности и непрерывного совершенствования

10.3 ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

ПРИЧИНА БОЛЬШИНСТВА ПОЖАРОВ – ЛЮДИ!

Каждый обязан предотвращать возникновение пожаров. Внимательно ознакомьтесь с информацией и используйте ее, чтобы не допустить очередного пожара.

- При обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т. п.) следует немедленно оповестить об этом координатора пункта временного пребывания.
- Ознакомьтесь с расположением огнетушителей.
- Самостоятельное тушение пожара доступными средствами возможно, только если ситуация не угрожает вашей жизни.
- Ненадлежащее использование пожарного или спасательного оборудования является серьезным нарушением.
- Необходимо сохранять безопасное пространство между обогревателем и мебелью (не менее 20 см). Не накрывайте обогреватели в комнатах, не сушите на них полотенца или одежду.
- Не разрешается пользоваться в комнате несертифицированными электронагревательными приборами (кипятильники, утюги, кофемолки, электроплитки и т. п.).
- В случае сигнала тревоги необходимо незамедлительно пройти к месту сбора в случае ЧС, несмотря на режим самоизоляции. При этом необходимо надеть медицинскую маску и по возможности соблюдать дистанцию не менее 1,5 м от других людей.



10.4 УПРАВЛЕНИЕ СТРЕССОМ

У многих людей вспышка COVID-19 сопровождается серьезным стрессом. Нарастающая тревога, страх перед болезнью могут вывести человека из терпения и создать тяжелый эмоциональный фон. Важно помнить, что эти чувства совершенно естественны и что людям свойственно по-разному воспринимать события.

Существует ряд простых действий, с помощью которых вы сможете сохранить психическое здоровье и тем самым поддержать и себя, и тех, кто вам дорог. Ниже приведены примеры таких действий. Этот ресурс можно использовать в качестве информационной опоры или как повод к началу разговора, который способен благоприятно подействовать на каждого конкретного человека.

КАК СПРАВИТЬСЯ СО СТРЕССОМ И ТРЕВОГОЙ В ПЕРИОД COVID-19



**КАКИЕ ЧУВСТВА МОГУТ
У ВАС ВОЗНИКНУТЬ**

**КАКИЕ ДЕЙСТВИЯ
МОЖНО ПРЕДПРИНЯТЬ**

<p>● Тревога, волнение и страх, связанные с:</p> <ul style="list-style-type: none">● вашим собственным здоровьем;● здоровьем окружающих, которых вы могли заразить;● недовольством друзей и родных, которые могут оказаться на карантине из-за контакта с вами;● необходимостью пристально следить за своим организмом или подвергаться процедурам для определения симптомов заболевания;● приостановки работы и возможной потерей доходов и гарантий занятости;● трудностью приобретения необходимых вещей, включая продукты и гигиенические принадлежности;● опасениями из-за невозможности должным образом заботиться о детях или других людях, находящихся на вашем попечении.	<p>Соблюдайте режим</p> <p>Постарайтесь по возможности придерживаться привычного распорядка дня, вставайте в одно и то же время, занимайтесь обычными утренними делами, ложитесь спать вовремя. Выполняйте работу в бурные дни рабочие часы. Делайте мини-перерывы, а после работы устраивайте полноценный отдых. Благодаря режиму вы будете поддерживать активность и меньше волноваться, а когда жизнь вернется в привычное русло, вам будет проще адаптироваться к внешним обстоятельствам.</p>
<p>● Чувство неуверенности в будущем, досада из-за отсутствия возможности контролировать ситуацию, в том числе ее длительность и поведение окружающих.</p>	<p>Больше заботьтесь о себе</p> <p>В это напряженное время важно не забывать о проверенных стратегиях предотвращения и снижения стресса. Обеспечьте условия для здорового сна – регулярно проветривайте помещение, занимайтесь физическими упражнениями, которые принесут удовольствие и тем самым снимут эмоциональную перегрузку. Это поможет вам улучшить психологическое самочувствие и укрепить иммунную систему.</p>
<p>● Одиночество, вызванное изоляцией от внешнего мира и близких людей.</p>	<p>Поддерживайте связь с другими</p> <p>Общение с людьми, которым вы доверяете, помогает справиться с трудной ситуацией. Получайте, как остаетесь на связи с друзьями и родными, не выходя из дома (посредством телефона, сообщений, видеозвонков или интернета). Это могут быть как люди, с которыми вы привыкли часто видеться, так и давние друзья или соседи. Не забывайте и о том, что делитесь переживаниями с теми, кому вы доверяете – совершенно нормально и может принести обучающую пользу.</p>
<p>● Гнев, возникающий при мысли о собственном заражении по чужей-неосмотрительности.</p>	<p>Ограничивайте поступление информации</p> <p>Получать точную и своевременную информацию о ситуации с COVID-19, несомненно, важно, но чрезмерное внимание к освещению текущих событий в СМИ может обострить чувство страха и тревоги.</p>
<p>● Скука и раздражение из-за отсутствия возможности работать или заниматься повседневными делами в привычном режиме.</p>	<p>Помогайте другим</p> <p>Помощь другим – надежный способ поднять себе настроение. Если вы не находитесь в условиях строгой самоизоляции и имеете соответствующие возможности, найдите способ помочь тем, кто в этом нуждается. Обращайте внимание на тех людей из вашего окружения, которые в этой ситуации особенно уязвимы, и интересуйтесь их самочувствием по телефону или электронной почте. Даже небольшие добрые дела помогают преодолеть отчаяние.</p>
<p>● Симптомы депрессии, включая отчаяние, изменение аппетита или потребности в сне.</p>	<p>Сосредоточьтесь на том, что вы можете контролировать</p> <p>Сейчас многое не поддается нашему контролю, включая длительность пандемии, поведение окружающих и развитие событий в сообществах. С такой неопределенностью сложно справиться. Когда почувствуете, что вами овладевает страх неизвестности, попробуйте переключить внимание на то, что вы в силах контролировать, вместо того чтобы задаваться вопросами, на которые нет ответов, и переживать о непредвиденных вам обстоятельствах. Например, вы не можете контролировать масштаб вспышки коронавируса в своем городе, но можете предпринять меры, чтобы снизить риск лично для себя (а также риск неосознанного заражения окружающих).</p>

COVID-19

ТЕЛЕФОН ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ
+7 914 759-47-11

10.5 КАК СООБЩИТЬ ОБ ИНЦИДЕНТЕ

В случае возникновения нештатной ситуации (получение травмы, возникновение задымления, пожара) необходимо:

- сообщить об этом координатору пункта временного пребывания по дежурному контактному телефону, описать место происшествия, характер происшествия, необходимую помощь;
- принять меры по оказанию первой помощи пострадавшим;
- обеспечить до прибытия комиссии по расследованию сохранность обстановки, если это не представляет опасности для жизни и здоровья людей.

11. КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

11.1 КОНТАКТНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ ОБЪЕКТОВ

ПК «Пригородное»: +7 (4242) 66-55-55

НКС: +7 (4242) 66-53-08; медицинский работник (врач): +7 (4242) 66-53-06

НКС № 2: +7 (4242) 66-64-39, +7 914 086-82-00;

медицинский работник (врач): +7 (4242) 66-64-34

ОБТК: +7 (4242) 66-50-00

ДКС: +7 (4242) 66-42-00

11.2 ТЕЛЕФОН ДЕЖУРНОГО МЕДИЦИНСКОГО РАБОТНИКА (ВРАЧА)

Телефон: +7 914 759-99-19 (29-99-19)

11.3 ТЕЛЕФОН ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ

ВНИМАНИЕ! В компании работает круглосуточная горячая линия по номеру: **+7 914 759-47-11.**

11.4 ССЫЛКИ НА САЙТ

www.sakhalinenergy.ru

www.sakhalinenergy.ru/seic/COVID-19/index.html

11.5 ГОРЯЧИЕ ЛИНИИ

Министерством здравоохранения Сахалинской области организована телефонная линия для обращений граждан по вопросам коронавируса – диагностике, лечению, выявлению.

Звонки принимаются по телефону: +7 800 300-65-03.

Также можно позвонить на телефон: **1300 (добавочный 8)**

КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ КОНСУЛЬТАТИВНЫХ ЦЕНТРОВ РОСПОТРЕБНАДЗОРА (РПН) В РЕГИОНАХ

№	Территория	Горячая линии РПН
	Единый консультационный центр Роспотребнадзора	+7 800 555-49-43 (рус. / англ.)
1	Сахалинская область	+7 800 300-65-03 (доб.8) 1300 (доб.8)
2	Санкт-Петербург / Ленинградская область	+7 (812) 448-04-00
3	Москва / Московская область	+7 800 555-49-43 (рус. / англ.)
4	Республика Башкортостан	+7 (34727) 9-91-20
5	Краснодарский край	+7 800 200-03-66 +7 918 677-49-89
6	Хабаровский край	+7 (4212) 27-47-67
7	Архангельская область	+7 (8182) 66-99-07 +7 (8182) 20-54-91
8	Приморский край	+7 (4232) 54-82-10
9	Калининградская область	+7 (4012) 53-69-42
10	Астраханская область	+7 800 200-33-09 +7 (8512) 33-98-97
11	Тюменская область	+7 800 302-26-70
12	Томская область	+7 800 350-88-50
13	Волгоградская область	+7 (8442) 24-36-30
14	Республика Татарстан	+7 800 222-59-00
15	Иркутская область	+7 800 350-26-86
16	Ставропольский край	+7 800 700-88-26
17	ХМАО	+7 800 100-86-03
18	Самарская область	+7 800 302-21-63
19	Пермский край	+7 (342) 211-48-48
20	Чувашская Республика	+7 (8352) 58-24-48, 58-51-66
21	Саратовская область	+7 800 100-18-58 +7 (8452) 20-18-58
22	Оренбургская область	+7 800 302-50-50
23	Свердловская область	+7 (343) 312-08-81
24	Нижегородская область	+7 910 397-41-28
25	Новосибирская область	+7 800 350-50-60



ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
по вопросам COVID-19
+7 914 759-47-11

