



# **Procedury bezpieczeństwa**

**COVID-19**

**WRZESIEŃ 2020**

Podstawa prawna:

- Ustawa z dnia 5 grudnia 2008 r. o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi (Dz. U. z 2019 r. poz.1239 ze zm.),  
Ustawa z dnia 14 marca 1985 r. o Państwowej Inspekcji Sanitarnej (Dz. U. z 2019 r. poz. 59 ze zm.),  
Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz. U. z 2019 r. poz. 1148 ze zm.),  
Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. z 2003 r. Nr 6 poz. 69 ze zm.),  
Wytyczne epidemiologiczne Głównego Inspektora Sanitarnego  
Wytyczne MEN, MZ i GIS dla publicznych i niepublicznych szkół i placówek od 1 września 2020 r.  
Rozporządzeniu *MEN* w sprawie czasowego ograniczenia funkcjonowania jednostek systemu oświaty w związku z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem *COVID-19* (art. 30b upo).  
Rozporządzenie MEN w sprawie szczególnych rozwiązań w okresie czasowego ograniczenia funkcjonowania jednostek systemu oświaty w związku z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem *COVID-19* (art. 30c upo).

### Trzy warianty funkcjonowania szkoły

#### **Wariant A - tradycyjna forma kształcenia**

W przypadku wystąpienia zagrożenia epidemiologicznego dyrektor szkoły, po uzyskaniu pozytywnej opinii Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego i za zgodą organu prowadzącego, będzie mógł częściowo lub w całości zawiesić stacjonarną pracę szkół i placówek. Wówczas dopuszczalne będą dwa warianty kształcenia: B i C.

#### **Wariant B - mieszana forma kształcenia (hybrydowa)**

**Dyrektor będzie mógł zawiesić zajęcia grupy**, grupy wychowawczej, oddziału, klasy, etapu edukacyjnego lub całej szkoły lub placówki, w zakresie wszystkich lub poszczególnych zajęć i prowadzić kształcenie na odległość (zdalne).

Będzie to zależało od sytuacji epidemicznej na danym terenie, w danej szkole czy placówce. Decyzję podejmie dyrektor po uzyskaniu zgody organu prowadzącego i otrzymaniu pozytywnej opinii Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego. Opinie te, będzie można - z uwagi na konieczność podejmowania szybkiej decyzji - uzyskać pisemnie, ustnie, za pomocą emaila, telefonu.

#### **Wariant C - kształcenie zdalne**

**Dyrektor szkoły, placówki podejmuje decyzję o zawieszeniu zajęć stacjonarnych na określony czas** i wprowadzeniu w całej szkole kształcenia na odległość (edukacji zdalnej).

Konieczna będzie w tym przypadku zgoda organu prowadzącego i pozytywna opinia Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego.

### **Procedury organizacyjne**

1. Dyrektor w porozumieniu z organem prowadzącym zapewnia środki do dezynfekcji rąk i powierzchni oraz w miarę potrzeby środki ochrony dla pracowników.
2. Nauczycieli obowiązywać będzie zmianowy system pracy.
3. Pracownicy szkolni zobowiązani są do wejścia głównym wejściem do budynku.
4. Pracownicy szkoły będą zobligowani do poddania się pomiarowi temperatury ciała bezdotykowym termometrem.
5. Osoba wchodzące do budynku zobowiązane zdezynfekować dłonie.
6. W miarę możliwości nie należy angażować do dyżurów nauczycielskich osoby powyżej 60 roku życia lub osób z istotnymi problemami zdrowotnymi, które zaliczają się do tzw. grupy podwyższonego ryzyka.
7. W częściach wspólnych : korytarz ,szatnia wskazana jest osłona nosa i ust. Uczeń winien posiadać własne środki ochronne dróg oddechowych (maseczkę, przyłbice, itp.)
8. W celu ograniczenia gromadzenia się uczniów będą dostępne dwa wejścia do budynku.

---

**Procedura przychodzenia/wychodzenia, przebywania uczniów w szkole w tym w salach i szatni, podczas zajęć lekcyjnych.**

---

1. Do szkoły mogą przyjść uczniowie zdrowi, bez objawów kaszlu, kataru i podwyższonej temperatury.
2. Do szkoły nie mogą przyjść uczniowie, jeżeli przebywają w domu z osobą na kwarantannie lub izolacji w warunkach domowych albo uczeń objęty jest kwarantanną lub izolacją w warunkach domowych.
3. Przed budynkiem szkoły, na placu szkolnym uczniowie unikają tworzenia grup, zachowują dystans społeczny ok: 2m.
4. W miarę możliwości należy ograniczyć przebywanie w szkole osób z zewnątrz do niezbędnego minimum (obowiązuje je stosowanie środków ochronnych: osłona ust i nosa, rękawiczki jednorazowe lub dezynfekcja rąk, tylko osoby bez objawów chorobowych sugerujących infekcję dróg oddechowych) i w wyznaczonych obszarach.
5. Pracownicy szkoły będą zobligowani do poddania się pomiarowi temperatury ciała bezdotykowym termometrem.
6. W celu ograniczenia gromadzenia się uczniów, będzie możliwość wejścia do szkoły dwoma wejściami. Pracownicy szkoły mają obowiązek wejścia głównym wejściem do budynku.
7. W miarę możliwości uczniowie poszczególnych klas będą przydzieleni do danej sali, w celu ograniczenia do minimum przemieszczania osób po budynku szkolnym.
8. Uczniowie przychodząc/wychodząc ze szkoły obowiązkowo dezynfekują ręce przy wejściu.
9. Uczeń posiada własne przybory i podręczniki, które w czasie zajęć mogą znajdować się na stoliku szkolnym ucznia, w tornistrze lub we własnej szafce. Uczniowie nie powinni wymieniać się przyborami szkolnymi między sobą.
10. Uczniowie korzystają z szatni z zachowaniem dystansu społecznego, swoje rzeczy umieszczają w szafce.

11. Uczniowie przestrzegają zasad higieny na terenie szkoły, często myją ręce wodą i mydłem.
12. W częściach wspólnych : korytarz ,szatnia wskazana jest osłona nosa i ust. Uczeń winien posiadać własne środki ochronne dróg oddechowych (maseczkę, przyłbice, itp.)
13. Po zakończonych zajęciach wietrzone są sale lekcyjne, dezynfekowane blaty i sprzęty.
14. Jeżeli u ucznia zaobserwowano niepokojące objawy sugerujące zakażenie koronawirusem nauczyciel niezwłocznie zawiadamia dyrektora szkoły. Nauczyciel odprowadza ucznia do izolatki , gdzie oczekuje z nim na jego rodziców, przyjazd pogotowia i instrukcje ze stacji sanitarno-epidemiologicznej.
15. Dyrektor lub osoba przez niego wyznaczona informuje rodziców i zawiadamia właściwą miejscowo powiatową stację sanitarno-epidemiologiczną i stosuje się ściśle do wydawanych instrukcji i poleceń.
16. Izolatka znajduje się w sali gabinecie pielęgniarki, gdzie uczeń wraz z nauczycielem oczekuje na przyjazd pogotowia, rodziców i otrzymanie instrukcji ze stacji sanitarno-epidemiologicznej.
17. Obszar, w którym poruszał się uczeń, należy poddać gruntownemu sprzątnięciu, jego rzeczy osobiste zabezpieczyć w foliowy worek oraz zdezynfekować powierzchnie dotykowe (klamki, poręcze, uchwyty itp.) oraz zastosować się do indywidualnych zaleceń wydanych przez inspektorat sanitarny.
18. Na tablicy przy wejściu do szkoły umieszczone są numery telefonów, w tym do stacji sanitarno-epidemiologicznej, służb medycznych oraz instrukcje mycia rąk, instrukcje dezynfekcji rąk, instrukcje jak prawidłowo nałożyć i zdjąć rękawice

---

## **Procedura postępowania w przypadku podejrzenia zakażenia u pracowników szkoły/ uczniów.**

---

- 1.** Do pracy w szkole mogą przychodzić jedynie zdrowe osoby, bez jakichkolwiek objawów wskazujących na chorobę zakaźną.
- 2.** Pracownicy administracji oraz obsługi powinni ograniczyć kontakty z uczniami oraz nauczycielami.
- 3.** Pracownicy szkoły w przypadku wystąpienia niepokojących objawów nie powinni przychodzić do pracy, pozostać w domu i skontaktować się telefonicznie ze stacją sanitarno-epidemiologiczną, oddziałem zakaźnym, a w razie pogarszania się stanu zdrowia zadzwonić pod nr **999** lub **112** i poinformować, że mogą być zakażeni koronawirusem.
- 4.** Każdy pracownik szkoły, który zauważy u ucznia, pracownika lub innej osoby przebywającej na terenie placówki objawy wskazujące na możliwość zakażenia koronawirusem niezwłocznie informuje dyrektora szkoły bądź osobę upoważnioną.
- 5.** Wobec osoby, u której ujawniono objawy choroby: gorączka, kaszel, duszność, problemy z oddychaniem, bóle mięśniowe należy zastosować następujące działania:
  - odizolować podejrzanego o zachorowanie od reszty społeczności szkolnej
  - w przypadku chorego ucznia,
    - zapewnić minimum 2 metry odległości od innych osób
    - natychmiast poinformować jego rodziców/opiekunów prawnych w celu pilnego odebrania dziecka ze szkoły
  - niezwłocznie poinformować o zdarzeniu stację sanitarno-epidemiologiczną i postępować zgodnie z jej zaleceniami
  - otoczyć opieką chorego - pielęgniarka szkolna lub wskazana przez dyrektora lub wicedyrektora osoba
  - przekazać choremu maseczkę (lub zastępcze środki ochrony) o w celu ograniczenia aerolizacji patogenów podczas kaszlu, kichania, rozmowy
  - zabezpieczyć wskazanego do opieki nad chorym na terenie szkoły w środki ochrony osobistej (maseczka, rękawiczki jednorazowe lub zastępcze środki ochrony)

- środki ochrony osobistej powinny stosować wszystkie osoby udzielające pomocy osobom zgłaszającym występowanie objawów chorobowych
  - maseczki i rękawiczki po zdjęciu powinny zostać wyrzucone do worka przeznaczonego na „odpady medyczne zakaźne”
  - dezynfekcja izolatki oraz powierzchni, z którymi chory miał kontakt
- 6.** Dyrektor szkoły lub osoba wyznaczona niezwłocznie powiadamia stację sanitarno-epidemiologiczną, przekazując wszystkie niezbędne dane.

**Powiatowa Stacja Sanitarno – Epidemiologiczna, tel. 32 266-28-23**

**Wojewódzka Stacja Sanitarno – Epidemiologiczna, tel. 32 351 23 00**

- 7.** Dyrektor szkoły lub osoba przez niego wyznaczona podejmuje dalsze kroki profilaktyczne w uzgodnieniu z powiatowym inspektorem sanitarnym i stacją sanitarno-epidemiologiczną.
- 8.** W przypadku potwierdzenia zakażenia koronawirusem dyrektor szkoły informuje organ prowadzący oraz organ sprawujący nadzór pedagogiczny.
- 9.** W przypadku zaistnienia różnych innych nieprzewidzianych zdarzeń dyrektor informuje organ prowadzący oraz organ sprawujący nadzór pedagogiczny.
- 10.** Rodzice/ prawni opiekunowie ucznia, u którego zaobserwowano objawy chorobowe informowani są zgodnie z zasadami przyjętymi w placówce.
- 11.** Jeśli u pracownika szkoły, który miał kontakt z osobą chorą lub zakażoną koronawirusem zaobserwowano objawy takie jak: gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem to dyrektor szkoły postępuje zgodnie z pkt 4 i pkt 5 procedury.
- 12.** W przypadku gdy osoba podejrzana o zakażenie wirusem zostaje skierowana do szpitala celem dalszej diagnostyki lub celem leczenia zakażenia, powiatowy inspektor sanitarny zawiadamia o tym dyrektora, a następnie w porozumieniu podejmują dalsze kroki profilaktyczne.



---

### **Procedura dla nauczyciela**

---

1. Nauczyciel na obowiązek wejść do sali pierwszy.
2. Dopilnuj, aby uczniowie zdezynfekowali ręce po wejściu do sali.
3. Wietrz salę , w której organizujesz zajęcia najmniej raz na godzinę.
4. W miarę możliwości dopilnuj , aby uczniowie nie pożyczali sobie przyborów i podręczników.
5. Wyjaśnij uczniom, jakie zasady bezpieczeństwa obecnie obowiązują w szkole i dlaczego zostały wprowadzone.
6. Ustal bezpieczną zasadę korzystania przez grupę z szatni po zakończeniu zajęć, aby uniknąć większych skupisk uczniów w danym pomieszczeniu.
7. W miarę możliwości nie należy angażować do dyżurów nauczycielskich osoby powyżej 60 roku życia lub osób z istotnymi problemami zdrowotnymi, które zaliczają się do tzw. grupy podwyższonego ryzyka.
8. Uczniowie podczas przerw międzylekcyjnych winni stosować własne środki ochrony dróg oddechowych (maseczki, przyłbice)
9. W miarę możliwości dopilnuj, aby uczniowie nie przebywali w większych grupach podczas przerw międzylekcyjnych.

---

### **Procedura wychowanie fizyczne**

---

1. Do zajęć mogą przystąpić tylko uczniowie zdrowi, bez objawów kaszlu, kataru i podwyższonej temperatury.
2. Do szkoły nie mogą przyjść uczniowie, jeżeli przebywają w domu z osobą na kwarantannie lub izolacji w warunkach domowych albo uczeń objęty jest kwarantanną lub izolacją w warunkach domowych.
3. Podczas realizacji zajęć, w których nie można zachować dystansu, należy ograniczyć ćwiczenia i gry kontaktowe.
4. W sali gimnastycznej używany sprzęt sportowy oraz podłoga powinny zostać umyte detergentem lub zdezynfekowane po każdym dniu zajęć, a w miarę możliwości po każdych zajęciach.
5. Można prowadzić zajęcia sportowe w terenie otwartym, tj. parkach, lasach, łąkach, drogach publicznych, itp.
6. Podczas ćwiczeń w siłowni może przebywać 1 osoba na 10 m<sup>2</sup>
7. W strefie basenów należy regularnej dezynfekować powierzchnie wspólne takie jak klamki, drzwi, uchwyty szafek, półki, ławki, włączniki światła, kurki baterii, poręcze, schody, powierzchnie sanitarne i wokół basenów.

### Procedura biblioteka szkolna

1. Do zajęć mogą przystąpić tylko uczniowie zdrowi, bez objawów kaszlu, kataru i podwyższonej temperatury.
2. Do szkoły nie mogą przyjść uczniowie, jeżeli przebywają w domu z osobą na kwarantannie lub izolacji w warunkach domowych albo uczeń objęty jest kwarantanną lub izolacją w warunkach domowych.
3. Odwiedzający bibliotekę zostaną poproszeni o pozostanie w obrębie strefy wyznaczonej w bibliotece, bez możliwości jej przekroczenia.
4. W punkcie zwrotu/wypożyczenia książek będzie mogła przebywać 1 osoba.
5. Pozostałe osoby proszone będą o pozostanie na zewnątrz z zachowaniem bezpiecznej odległości zgodnie z obowiązującymi przepisami.
6. Uczniowie zobowiązani są do dezynfekowania rąk przy wejściu do pomieszczeń biblioteki.
7. Oddawane przez uczniów książki – zgodnie z wytycznymi MEN, MZ GIS – poddane zostaną 2-dniowej obowiązkowej kwarantannie w wydzielone i odpowiednio oznakowane miejsce. Dopiero po tym czasie zostaną one ponownie udostępnione do wypożyczenia.

#### 8. **Godziny otwarcia**

Branżowa Szkoła I Stopnia- Specjalna

Poniedziałek	** _ **
Wtorek	** _ **
Środa	** _ **
Czwartek	** _ **
Piątek	** _ **

Technikum nr 2 Architektoniczno-Budowlane

Poniedziałek	** _ **
Wtorek	** _ **
Środa	** _ **
Czwartek	** _ **
Piątek	** _ **

#### Technikum nr 4 Transportowe

Poniedziałek	** _ **
Wtorek	** _ **
Środa	** _ **
Czwartek	** _ **
Piątek	** _ **

#### Technikum nr 5 Samochodowo-Mechatroniczne

Poniedziałek	** _ **
Wtorek	** _ **
Środa	** _ **
Czwartek	** _ **
Piątek	** _ **

#### Technikum nr 6 Grafiki, Logistyki i Środowiska

Poniedziałek	** _ **
Wtorek	** _ **
Środa	** _ **
Czwartek	** _ **
Piątek	** _ **



---

### Procedura dla osób z zewnątrz

---

1. Do szkoły mogą przyjść tylko osoby zdrowe, bez objawów chorobowych sugerujących infekcję dróg oddechowych
2. Do szkoły nie mogą przyjść osoby, jeżeli przebywają w domu z osobą na kwarantannie lub izolacji w warunkach domowych albo uczeń objęty jest kwarantanną lub izolacją w warunkach domowych.
3. Osoby z zewnątrz obowiązują się do stosowania środków ochronnych- osłona ust i nosa.
4. Osoby z zewnątrz są zobowiązane do poddania się pomiarowi temperatury ciała bezdotykowym termometrem.
5. Obowiązkowo dezynfekują ręce przy wejściu.

**Procedura zawieszenie zajęć stacjonarnych**

Lp.	Kroki	Opis Działania
1	Dyrektor stwierdza wystąpienie zagrożenia dla zdrowia uczniów ze względu na aktualną sytuację epidemiczną na terenie, na którym zlokalizowana jest szkoła.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• za takie zagrożenie z pewnością powinno zostać uznane zachorowanie na COVID-19 choćby jednego z uczniów szkoły lub członka jego rodziny, z którym pozostaje on w styczności, a także pracownika szkoły (i odpowiednio członka jego rodziny)</li> <li>• o zagrożeniu świadczyć może wystąpienie dużego ogniska zachorowań na terenie, na którym zlokalizowana jest szkoła (w tej samej miejscowości, gminie czy powiecie).</li> </ul>
2	Dyrektor zwraca się z zapytaniem do właściwego Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego o opinię w przedmiocie częściowego lub całkowitego zawieszenia zajęć.	<p>Zapytanie może zostać złożone w formie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pisemnej,</li> <li>• ustnej (w tym telefonicznej)</li> <li>• elektronicznej (np. e-mail).</li> </ul> <p>W zapytaniu, niezależnie od przyjętej formy, należy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opisać zagrożenie epidemiczne i uzasadnić, dlaczego czyni ono koniecznym przejście na inną formę kształcenia,</li> <li>• wskazać formę kształcenia, na którą ma przejść szkoła, a w przypadku formy hybrydowej wskazać, w jakim zakresie będzie realizowane kształcenie zdalne.</li> <li>• wskazać okres, w którym będzie realizowana inna forma kształcenia (nie może być to czas nieokreślony).</li> </ul> <p>Jeżeli opinia została uzyskana również w formie ustnej, wówczas jej uzyskanie należy potwierdzić w formie</p>

		<p>protokołu, notatki, adnotacji lub w inny sposób.</p> <p>Przejsie na inną formę kształcenia będzie możliwe jedynie w przypadku uzyskania <b>pozytywnej opinii</b> Sanepidu.</p>
3	<p>Dyrektor zwraca się z zapytaniem do organu prowadzącego o zgodę przedmiocie częściowego lub całkowitego zawieszenia zajęć.</p>	<p>Zapytanie może zostać złożone w formie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pisemnej,</li> <li>• ustnej (w tym telefonicznej)</li> <li>• elektronicznej (np. e-mail).</li> </ul> <p>Organ prowadzący może udzielić zgody w tej samej formie. Jeżeli opinia została uzyskana również w formie ustnej, wówczas jej uzyskanie należy potwierdzić w formie protokołu, notatki, adnotacji lub w inny sposób.</p> <p>Dyrektor nie musi konsultować tej kwestii z innymi organami szkoły np.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• radą pedagogiczną,</li> <li>• radą rodziców.</li> </ul>
4	<p>Dyrektor podejmuje decyzję w sprawie zawieszenia</p>	<p>Nie jest to decyzja administracyjna lecz realizacja uprawnień kierowniczych dyrektora. Forma zależy tu od rozwiązań przyjętych w statucie. W praktyce najczęściej stosuje się tu zarządzenia.</p> <p>W decyzji należy wskazać:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• czy zawieszenie będzie całkowite czy też częściowe,</li> <li>• w przypadku częściowego zawieszenia (formy hybrydowej) – w jakiej części szkoła jest objęta kształceniem zdalnym,</li> <li>• okres przejścia na inną formę kształcenia.</li> </ul> <p>Dla celów dowodowych decyzję najlepiej podjąć w formie pisemnej.</p>



**CKZiU**  
SOSNOWIEC

**Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego  
w Sosnowcu ul. Kilińskiego 25**

41-200 Sosnowiec, ul. Kilińskiego 25  
tel./fax. +48 32 266 07 34

e-mail: [ckziu25@sosnowiec.edu.pl](mailto:ckziu25@sosnowiec.edu.pl)  
<http://www.ckziu25.sosnowiec.pl>

5	Dyrektor zawiadamia o zawieszeniu.	<p>Zawiadomienie powinno być przekazane kuratorowi oświaty i organowi prowadzącemu.</p> <p>Ewentualnie to organ prowadzący może zawiadomić kuratora oświaty.</p> <p>W zawiadomieniu należy wskazać również o tym, czy będzie realizowane zdalne kształcenie czy też inny rodzaj kształcenia.</p>
---	------------------------------------	--





# 10 zasad dla ucznia



Masz gorączkę, kaszel lub inne objawy choroby, zostań w domu.



Często myj ręce.



Nie dotykaj oczu, ust i nosa.



Zrezygnuj z podawania ręki na powitanie.



Uważnie słuchaj poleceń nauczyciela.



Używaj tylko własnych przyborów szkolnych.



Spożywaj swoje jedzenie i picie.



Unikaj kontaktu z większą grupą uczniów, np. podczas przerw.



Jeśli czujesz się źle lub obserwujesz u siebie objawy chorobowe, natychmiast poinformuj o tym nauczyciela.



Przestrzegaj zasad bezpieczeństwa przed i po lekcjach.





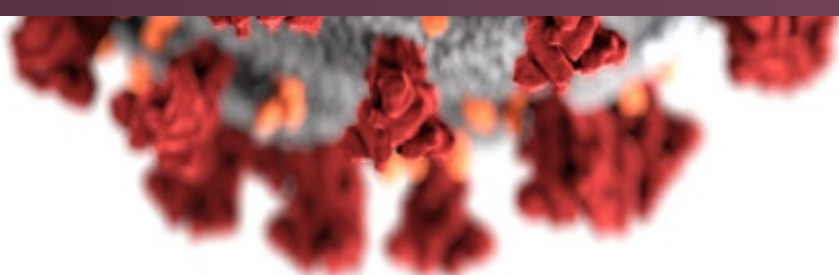
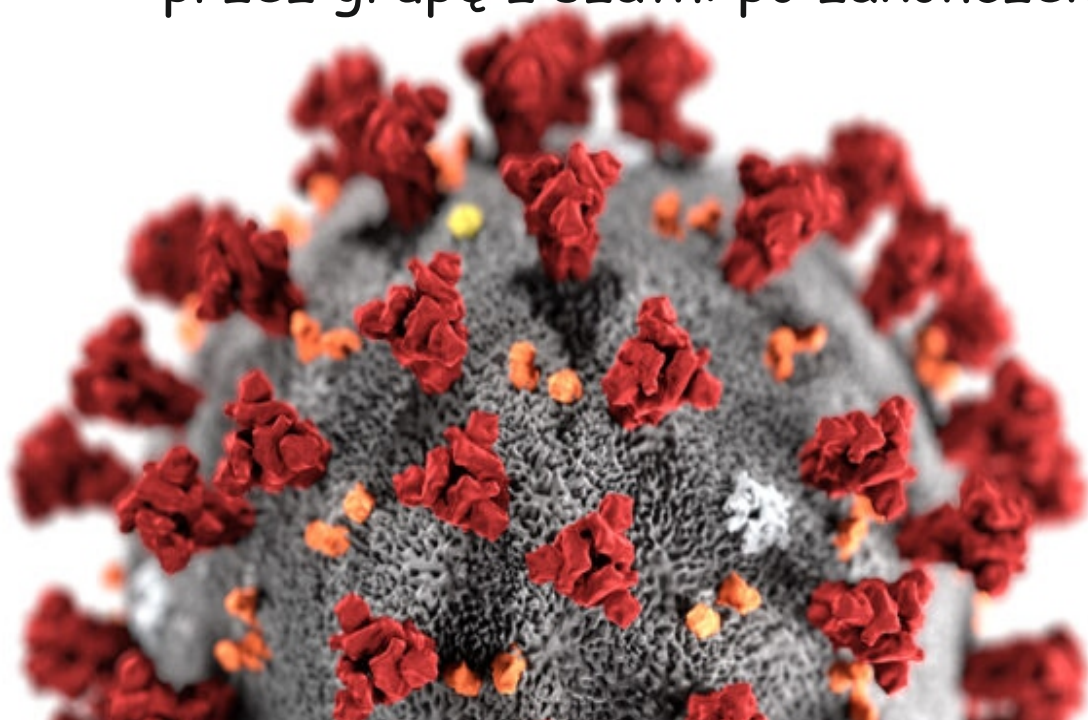
# COVID-19



**CKZiU**  
SOSNOWIEC

# NAUCZYCIELU PAMIĘTAJ!

- Wietrz salę, w której organizujesz zajęcia praktyczne najmniej raz na godzinę. 
- Często myj ręce mydłem lub środkiem dezynfekującym, nie dotykaj okolicy twarzy, ust, nosa i oczu.
- Wyjaśnij uczniom, jakie zasady bezpieczeństwa obecnie obowiązują w szkole i dlaczego zostały wprowadzone.
- W miarę możliwości dopilnuj, aby uczniowie nie pożyczali sobie przyborów i podręczników.
- Unikaj organizowania większych skupisk uczniów w jednym pomieszczeniu, w tym ustal bezpieczną zasadę korzystania przez grupę z szatni po zakończeniu zajęć. 







COVID-19



**CKZiU**  
SOSNOWIEC

## **Wydział Edukacji**

**41-200 Sosnowiec, ul. S. Małachowskiego 3**  
**tel. 32 296-06-42**

## **Kuratorium Oświaty Delegatura**

**41-200 Sosnowiec, ul. Krzywa 2**  
**tel. 32 265-51-30**

## **Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Sosnowcu**

**41-200 Sosnowiec, ul. Pogotowia 1**

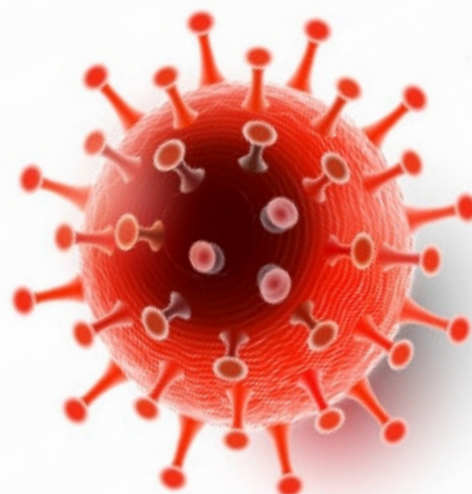
**Telefony:**

**tel. 32 266-28-23**

**32 266-28-24**

**32 266-55-38**

**fax 32 266-38-83**



**COVID-19**  
CORONAVIRUS

## **ODDZIAŁ ZAKAŹNY**

**SZPITAL SPECJALISTYCZNY W CHORZOWIE**

**UL. ZJEDNOCZENIA 10**

**41- 500 CHORZÓW**

**797 189 603**

TEL: CENTRALA: 32 34 63 615 (690)

TEL. SEKRETARIAT DYREKTORA 32 34 63 650

**TELEFONY ALARMOWE**



**999**



**998**



**997**



**INFOLINIA NFZ**

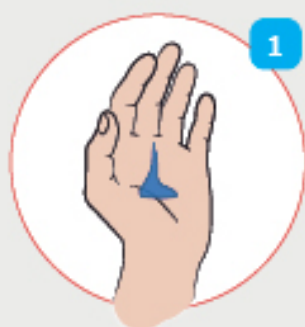
**800 190 590**

**[www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)**

# Jak skutecznie dezynfekować ręce?

Użyj środka do dezynfekcji rąk,  
który zawiera co najmniej 60% alkoholu.

Czas trwania:  
do wyschnięcia  
dłoni



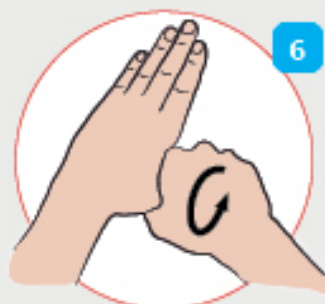
1 Nanieś taką ilość preparatu, aby dłonie były całkowicie zwilżone



5 Pocieraj górną część palców prawej dłoni o wewnętrzną część lewej dłoni i odwrotnie



2 Pocieraj dłoń o dłoń rozprowadzając preparat na całą powierzchnię



6 Ruchem obrotowym pocieraj kciuk lewej dłoni wewnętrzną częścią prawej dłoni i odwrotnie



3 Pocieraj wewnętrzną częścią prawej dłoni o grzbietową część lewej dłoni i odwrotnie



7 Ruchem okrężnym opuszkami palców prawej dłoni pocieraj wewnętrzne zagłębienie lewej dłoni i odwrotnie



4 Spleć palce i pocieraj wewnętrznymi częściami dłoni




8 Po wyschnięciu ręce są zdezynfekowane


# Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć maseczkę




**1**  Przed nałożeniem maski **umyj ręce mydłem i wodą** lub  **płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu**

**2**  **Zakryj usta i nos maską** i upewnij się, że między twarzą a maską **nie ma żadnych przerw**

**3**  **Unikaj dotykania maski podczas jej używania;** jeśli to zrobisz, umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu

**4**  **Wymień maskę na nową, gdy tylko będzie wilgotna,** nie używaj ponownie masek jednorazowych

**5**  **Aby zdjąć maskę - chwyć ją od tyłu za wiązanie** (nie dotykaj przodu maski!)

**6**  **Wyrzuć maseczkę do zamykanego pojemnika;** umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu



**Nie wrzucaj maseczki do toalety!**





# Objawy zarażenia

koronawirusem **SARS-Cov-2:**



gorączka



kaszel



duszności



bóle mięśni



zmęczenie

**Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Sosnowcu**

**41-200 Sosnowiec, ul. Pogotowia 1**

**Telefony:**

**tel. 32 266-28-23**

**32 266-28-24**

**32 266-55-38**

**fax 32 266-38-83**

**ODDZIAŁ ZAKAŻNY**

**SZPITAL SPECJALISTYCZNY W CHORZOWIE**

**UL. ZJEDNOCZENIA 10**

**41- 500 CHORZÓW**

**797 189 603**

TEL: CENTRALA: 32 34 63 615 (690)

TEL. SEKRETARIAT DYREKTORA 32 34 63 650

**TELEFONY ALARMOWE**



**999**



**998**



**997**



**INFOLINIA NFZ**

**800 190 590**

**[www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)**

**KORONAWIRUS** powoduje gorączkę, kaszel, duszności, bóle mięśni i zmęczenie.

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania czy mówienia.

## Jak zapobiegać zakażeniu?



**Często myj ręce**, używając mydła i wody.



Kiedy kaszlesz lub kichasz, **zakrywaj usta i nos**.



**Zachowaj co najmniej 1 metr** odległości od osób, które kaszlą i kichają.



Jeśli **wracasz z regionu**, gdzie występuje koronawirus i **masz objawy** choroby lub miałeś **kontakt z osobą zakażoną**, powiadom telefonicznie o tym stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału obserwacyjno-zakaźnego.

**Infolinia NFZ**

**800 190 590**

[www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)



# Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć rękawice

Przed nałożeniem na dłonie rękawic **dokładnie umyj ręce wodą z mydłem** przez minimum 20 sekund

ZAKŁADANIE:



1

Wyjmij rękawicę z opakowania



2

Uchwyć ją w miejscu, w którym powinien znajdować się nadgarstek i płynnym ruchem wsuń ją na dłoń



3

Nałóż pierwszą rękawicę



4

Drugą rękawicę wyjmij gołą dłonią



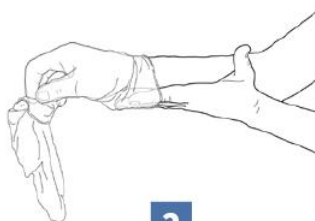
5

Odwiń zewnętrzną powierzchnię nakładanej rękawicy zgiętymi palcami dłoni w rękawicy i nałóż na drugą rękę



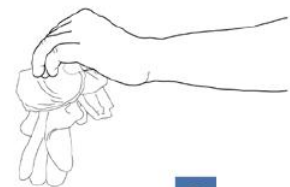
1

Złap palcami jedną rękawicę na wysokości nadgarstka i ściągnij ją wywracając rękawicę wewnętrzną stroną na wierzch



2

Trzymaj zdjętą rękawicę w ręce w rękawiczce i ruchem ślizgowym włóż palce gołej ręki między rękawicę a nadgarstek. Zdejmij drugą rękawicę zdejmując ją wzdłuż dłoni, a następnie naciągnij na trzymaną w palcach rękawicę



3

Wrzuć zdjęte rękawice do kosza

ZDJEMOWANIE:



**Nie wrzucaj rękawiczek do toalety!**



**Nie dotykaj twarzy w rękawiczkach!**



Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w miejscu gdzie występuje

## **KORONAWIRUS**

i zaobserwowałeś u siebie objawy, takie jak:

**GORĄCZKA, KASZEL, DUSZNOŚĆ I PROBLEMY Z ODDYCHANIEM**, to:

bezwłocznie powiadom **telefonicznie** stację sanitarno-epidemiologiczną

tel. **32 266-28-23**

lub

w przypadku nasilonych objawów zadzwoń pod numer alarmowy 112  
lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego – najbliższy oddział

tel. **32 34-63-650**

**INFOLINIA NFZ W SPRAWIE KORONAWIRUSA – 800 190 590**

## **PAMIĘTAJ !!!**

W przypadku kiedy istnieje podejrzenie zakażenia ale nie masz jeszcze objawów pozostań w domu, **unikaj kontaktu z innymi osobami** aby nie doszło do rozprzestrzeniania się wirusa.

Wszelkie wątpliwości dotyczące swojego stanu zdrowia wyjaśniaj **TELEFONICZNIE** lub innymi metodami zdalnej konsultacji.

**NIE ZGŁASZAJ SIĘ SAM DO PRZYCHODNI POZ** (chyba, że zostaniesz o to poproszony w określonym terminie) **ani nie udawaj się do szpitala** bez wcześniejszego uzgodnienia gdzie masz się zgłosić i czy jest to potrzebne.

Jeden chory pacjent (**również Ty**) może być źródłem zakażenia wszystkich pozostałych osób w poczekalni!!!

- Myj często ręce wodą z mydłem lub środkiem odkażającym na bazie alkoholu.
- Unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust.
- Zasłaniaj usta i nos zgiętym ramieniem lub jednorazową chusteczką kiedy kaszlesz lub kichasz.
- Nie zbliżaj się do osób chorych.

**1,5 METRA**



**ZACHOWAJ  
BEZPIECZNA  
ODLEGŁOŚĆ**