

PROSZĘ ZAPOZNAĆ SVOJE DZIECI Z ZASADAMI BEZPIECZNEGO ZACHOWANIA W TRAKCIE PANDEMII

ORAZ KORZYSTANIA Z POMOCY W GABINECIE PIELĘGNIARKI SZKOLNEJ.

DZIECI MUSZĄ MIEĆ ZE SOBĄ W SZKOLE MASECZKĘ

DO ZASŁANIANIA UST I NOSA.

W przypadku zaobserwowania przez nauczyciela objawów infekcji górnych dróg oddechowych (katar, kaszel), lub gorączki, Dziecko zostanie poproszone o niezwłoczne założenie maseczki i zachowanie dystansu (minimum 2m)

od pozostałych uczniów klasy oraz nauczyciela. W przypadku podejrzenia infekcji nie chodzimy po szkole, informujemy nauczyciela i oczekujemy

na osobę (pielęgniarka, pracownik szkoły), która zmierzy temperaturę

i podejmie kolejne działania.

W KAŻDYM INNYM PRZYPADKU (URAZ, ZACHOROWANIE, PROFILAKTYKA) NAWET BEZ OBJAWÓW INFЕКCJI

DO GABINETU PIELĘGNIARKI PRZYCHODZIMY ZAWSZE W MASECZCE!!!

PROSZĘ WYPOSAŻYĆ DZIECI W KILKA CZYSTYCH MASECZEK, w ilości zapewniającej bezpieczne korzystanie z nich w ciągu całego pobytu w szkole.

Czyste maseczki przechowujemy w osobnym oznaczonym „CZYTE” zamykanym woreczku. Brudne (wilgotne, użyte) maseczki umieszczamy w drugim szczelnie zamykanym woreczku oznaczonym „BRUDNE”.

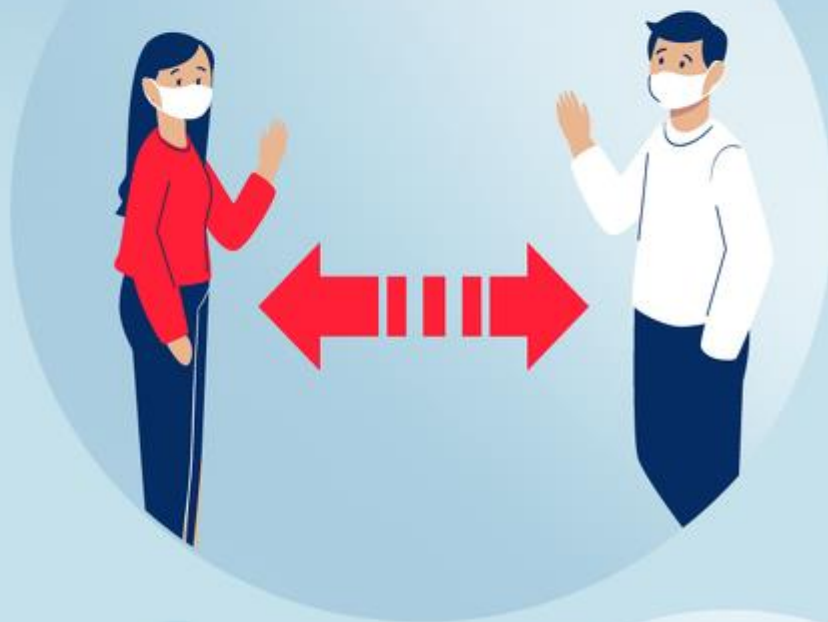
Przed założeniem czystej maseczki i po zdjęciu brudnej zawsze należy dokładnie umyć ręce.

„ZERO TOLERANCJI DLA NIEPRZESTRZEGAJĄCYCH ZASAD BEZPIECZEŃSTWA”

to bardzo ważne hasło promujące sprzeciw dla nieprzestrzegania surowych zasad dotyczących obostrzeń i zasad współżycia społecznego związanego z przestrzeganiem zasad

DDM: dezynfekcji, dystansu i maseczek.

01. DYSTANS



02. DEZYNFEKCJA



03.



NOSISZ



NIE ROZNOSISZ!

10 ZASAD WIRUSOOBRONY:

1

Wszelkie wirusy niszczę w łazience,
bardzo starannie myjąc swe ręce.
Od spodu i z góry, i między palcami
myję obie dłonie razem z nadgarstkami.

2

Sprzątam starannie swój pokój cały,
by się wirusy w nim nie schowały.
Bo wiem, że czystość, schludność i ład
to dla wirusów wrogi jest świat.

3

Jeśli kaszlę, kicham, pryham,
buzię w zgięcie łokcia wpycham.
Wirus dalej nie polecą,
nie zarazi innych dzieci.

4

Nosek zatkany, nawet troszeczkę,
wycieram dobrze w czystą chusteczkę.
Lecz nie wyrzucam jej byle gdzie –
brudna w śmietniku ma znaleźć się.

6

Wietrzyć mieszkanie trzeba koniecznie,
wirus nie lubi, kiedy jest wietrznie.
Okna otwiera wyłącznie mama,
ja nie podchodzę do okien sama.

7

Z silnego ciała wirus umyka,
dlatego ważna jest gimnastyka.
Ciału potrzebny jest także sen –
musi wypocząć, dobrze to wiem.

8

Jem owoce i warzywa,
wtedy zdrowia mi przybywa.
Staram się pić dużo wody:
to dla zdrowia i ochłody.

9

Wychodząc z domu choć na chwileczkę,
mam rękawiczki oraz maseczkę.
A gdy jestem z mamą w drodze,
do nikogo nie podchodzę.



Wszystkie zabki
myja łapki.



ZDROWOTNIK, czyli JAK UŻYWAĆ MASKI OCHRONNEJ?

- Zanim założysz maskę **myj ręce wodą z mydłem przez 30 sekund**
- **Zakryj** maską ściśle **usta i nos**
- **Sprawdź**, czy maska **dokładnie przylega do twarzy**
- **Nie dotykaj** maski rękoma, gdy ją nosisz
- **Wymień** maskę, gdy jest już wilgotna
- **Usuń** maskę chwytając ją z tyłu **za troki, zdejmij i dokładnie umyj ręce**
- Masek **jednorazowych nie używaj ponownie:** wyrzuć je do zamkniętego pojemnika
- Maseczki **wielokrotnego użytku zbieraj w zamkniętym woreczku**, pierz oddzielnie, przez 45 min. w temperaturze min. 60°C

JAK CZĘSTO ZMIENIAĆ MASECZKĘ?

Pamiętaj, że im dłużej nosisz maseczkę z materiału, tym bardziej staje się niebezpieczna. Przy każdym oddechu osadzają się na niej kolejne cząsteczki śliny, a co za tym idzie, kolejne miliony wirusów i bakterii. Taka zaśliniona, wilgotna maseczka to raj dla koronawirusa. To, jak szybko powinniśmy sięgnąć po nową maseczkę zależy też od tego, z czego dana maseczka jest wykonana. Im słabiej nas chroni dany materiał, tym częściej powinniśmy zmieniać maseczkę. Najpóźniej wtedy, gdy poczujemy dyskomfort z powodu jej zawilgocenia.

**JEŚLI WIĘC WYCHODZISZ Z DOMU NA DŁUŻEJ,
ZABIERZ ZE SOBĄ CHOĆ JEDNĄ ZAPASOWĄ MASECZKĘ.**

MASEK JEDNORAZOWYCH MOŻNA UŻYĆ, TYLKO RAZ.

PRANIE MASEK WIELORAZOWYCH należy robić w temperaturze co najmniej 60 stopni przez minimum 45 minut.

MASKI WIELORAZOWE NIE MOGĄ BYĆ PRANE Z INNYMI RZECZAMI!

A samą czynność należy wykonać tuż po powrocie do domu, kiedy

na zewnątrz używaliśmy maski. Należy ją ostrożnie zdjąć i wyprać. Wówczas maleje ryzyko, że bakterie przedostaną się z niej na inne rzeczy w naszym domu. Jeśli jednak nie możemy prania wykonać od razu, możemy

SCHOWAĆ MASKE NP. W FOLIOWYM WORKU SZCZELNIE ZAMKNAĆ, AŻ DO PRANIA.

Gdy maska zostanie już wyprana i wyschnie, ważna jest jeszcze jedna czynność, którą należy wykonać, a mianowicie: **PRASOWANIE**. Najlepiej zrobić to w maksymalnej temperaturze. Później maskę trzeba przechowywać w czystym miejscu, póki znów nie będziemy z niej korzystać.

WYMIENIAJ MASECZKĘ!
DBAJ O JEJ CZYSTOŚĆ!

ZAMIAST DO SZKOŁY, CZY PRZEDSZKOLA **ZABIERZ MNIE DO DOKTORA!**

BĄDŹ ODPOWIEDZIALNYM RODZICEM
I NIE POSYŁAJ DO SZKOŁY,
CZY PRZEDSZKOLA
CHOREGO DZIECKA



INFORMACJE PIEŁĘGNIARKI SZKOLNEJ DLA RODZICÓW NA CZAS PANDEMII

PROSZĘ WYPOSAŻYĆ DZIECI W KARTECZKI Z AKTUALNYM NUMEREM TELEFONU DO RODZICA/ OPIEKUNA.

Rodziców i Pracowników szkoły prosimy o ograniczenie kontaktów osobistych, zapraszamy do korzystania z telefonu ,meila.