

KORONAWIRUS Podstawowe informacje dotyczące zasad bezpieczeństwa w domu i szkole

KORONAWIRUS

Podstawowe informacje dotyczące zasad bezpieczeństwa w domu i szkole:

1. Nie posyłaj przeziębionego lub chorego dziecka do przedszkola i szkoły.
2. Stosuj zasady higieny:
 - Ø często myj ręce używając mydła i wody, prawidłowe mycie rąk zabija wirusa, należy myć ręce po kaszlu lub kichaniu, po powrocie do domu z pracy lub ze szkoły, przed i po posiłku, po skorzystaniu z toalety, kiedy widać na dłoniach zabrudzenia, po zabawie ze zwierzętami,
 - Ø ochrona podczas kaszlu i kichania: nie należy kichać i kaszleć w dłonie, podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub jednorazową chusteczką higieniczną. Następnie należy natychmiast wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce. Pamiętaj, że jeśli kichasz lub kaszlesz w dłonie, możesz przenieść wirusa na dotykane przedmioty lub inne osoby,
 - Ø unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust, na dłoniach mogą znajdować się wirusy. Jeśli dotkniesz oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami możesz przenieść wirusa z powierzchni na siebie,
 - Ø zachowaj co najmniej 1 metr odległości między sobą a innymi ludźmi, szczególnie tymi, którzy kaszlą, kichają i mają gorączkę,
 - Ø rozmawiaj i słuchaj swojego dziecka, w sytuacji stresowej dziecko potrzebuje ze strony dorosłego więcej wsparcia i okazywania uczuć. Jeśli to tylko możliwe staraj się zachować dotychczasowy tryb życia dając dziecku poczucie bezpieczeństwa,
 - Ø jeżeli nie było kontaktu z osobą chorą nie ma powodu do obaw.
3. Gdzie szukać informacji i pomocy?
 - Ø INFOLINIA NFZ W SPRAWIE KORONAWIRUSA (czynna całą dobę) tel. **800 190 590**
 - Ø STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA powiatu krakowskiego tel. **/12/ 644 91 33**
 - Ø ODDZIAŁ ZAKAŹNY NAJBLIŻSZEGO SZPITALA: **Kraków** - Szpital Specjalistyczny Im. Stefana Żeromskiego Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Krakowie, Oddział Chorób Infekcyjnych I Pediatrii I Oddział Obserwacyjno-Zakaźny, Oś. Na Skarpie 66
 - Ø NUMER ALARMOWY **112**
4. Sprawdzaj na bieżąco komunikaty publikowane na stronach Głównego Inspektoratu Sanitarnego i Ministerstwa Zdrowia.