



Drodzy Rodzice, Opiekunowie,

Od czwartku, tj. 16 kwietnia 2020 mamy obowiązek zakrywania twarzy (usta i nos) w przestrzeni publicznej. Najprostszym i najwygodniejszym rozwiązaniem jest noszenie maseczek. Dopuszcza się również stosowanie chust i szalików.

Maseczki i inne materiały zasłaniające twarz ograniczają przenoszenie drogą kropelkową wirusa COVID-19. Samo zasłanianie twarzy nie gwarantuje ochrony przed zakażeniem, jednak zmniejsza ryzyko zachorowania, szczególnie innych osób. Bardzo ważne jest, aby jednocześnie stosować inne działania zwiększające bezpieczeństwo. Szczególną uwagę zwracam na *częste mycie rąk z użyciem mydła i/lub ich dezynfekcje*, jak również zachowanie odległości od innych osób, min. 2 metrów.

Ważne, aby maseczka szczelnie przylegała do twarzy, zakrywając nos i usta. *Przed założeniem należy dokładnie umyć ręce mydłem z wodą, tak samo jak przed i po jej zdjęciu. Maseczkę zakładamy i zdejmujemy chwytając za gumkę lub troczki. W trakcie korzystania nie dotykamy twarzy, przedniej powierzchni maseczki, nie należy jej również poprawiać.* Maseczki jednorazowe wyrzucamy do zamkniętego pojemnika. Maseczki wielokrotnego użytku poddajemy dekontaminacji, materiałową najlepiej wygotować.

Tylko prawidłowe korzystanie z maseczek ogranicza zakażenie. *Proszę, myjmy jak najczęściej ręce wodą z mydłem i/lub dezynfekujmy!* Dbajmy o bezpieczeństwo swoje i najbliższych.

W załączeniu instrukcje używania maseczek, jak również rękawiczek (wymaganych w sklepie).

Z życzeniami zdrowia,

Pielęgniarka szkolna

Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć maseczkę



1

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



Nie wrzucaj maseczki do toalety!



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

Natóż pierwszą rękawicę



4

Drugą rękawicę wyjmij gołą dłonią



5

Odwiń zewnętrzną powierzchnię nakładanej rękawicy zgłętymi palcami dłoni w rękawicy i natóż 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 wtórz 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!