

Szanowni Mieszkańcy Gminy Sadowie, prosimy o stosowanie się do zaleceń związanych z zapobieganiem rozprzestrzeniania się KORONAWIRUSA

Szanowni Mieszkańcy, prosimy o stosowanie się do opisanych niżej zaleceń. Nie popadajmy w panikę ale też i nie lekceważmy zagrożeń związanych z rozprzestrzenianiem się KORONAWIRUSA. Śledźmy komunikaty i stosujmy się do nich.

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:bezzwłocznie powiadom telefonicznie stację sanitarno-epidemiologiczną tel. **606 370 108** oraz **15 868 21 49**

W przypadku nasilonych objawów zadzwoń pod numer alarmowy **112** lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego – najbliższy oddział telefony: **41 273 99 09** pielęgniarki, **41 27399 11** o. dzienny, **412739971** o. nocny

Infolinia NFZ w sprawie KORONAWIRUSA – **800 190 590**

W przypadku gdy 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 uzgodnienia gdzie masz się zgłosić i czy jest to potrzebne. Jeden chory pacjent (również Ty) może być źródłem zakażenia wszystkich osób w poczekalni!!!”

Ponadto stosujemy się do zasad:

- 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 wychodź z domu kiedy nie jest to konieczne,
- Unikaj miejsc publicznych i skupisk ludzi,
- Nie zbliżaj się do osób chorych.
- Zachowaj bezpieczną odległość (1–1,5 m) od osoby, która kaszle, kicha lub ma gorączkę.

Przydatne linki:

<https://gis.gov.pl/kategoria/aktualnosci/>

https://gis.gov.pl/wp-content/uploads/2020/03/ulotka-dezynfekcja_ra%cc%a8k.pdf

<http://www.nfz-kielce.pl/aktualnosci/co-musisz-wiedziec-o-koronawirusie/>

Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



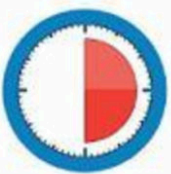
5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugą dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwie nadgarstki.



7 Splucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wysusz je starannie.



**Całkowity czas:
30 sekund**

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Główny Inspektorat Sanitarny



