

## Komunikat Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Przemyślu



W związku z ryzykiem zawleczenia koronawirusa na obszar Polski oraz niebezpieczeństwem rozprzestrzenienia się choroby, [Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Przemyślu](#) zalecił na terenie miasta Przemyśla i Powiatu Przemyskiego wzmożenie reżimu sanitarnego: w środowisku domowym, placówkach oświatowych, dworcach komunikacji publicznej, w podmiotach realizujących zbiorowy przewóz osób (środkach komunikacji publicznej), galeriach handlowych i innych obiektach handlowych posiadających place zabaw dla dzieci oraz bazarach.



**W celu zapobiegania zagrożeniom epidemiologicznym wśród dzieci decydującą rolę odgrywa:**

- ciepła bieżąca woda przy wszystkich urządzeniach sanitarnych,
- czyste, dezynfekowane urządzenia sanitarne,

- odpowiednie wyposażenie sanitariatów w środki higieny osobistej tj. mydło w dozownikach, ręczniki jednorazowego użytku oraz papier toaletowy w każdej kabinie,
- wietrzenia sal zabaw i sal lekcyjnych przed i po zajęciach,
- dobry stan techniczny stolarki okiennej,
- systematyczne mycie i dezynfekcja zabawek wg harmonogramu,
- unikanie nadmiernego zagęszczenia w pomieszczeniach do nauki i zabawy,
- ruch na świeżym powietrzu.

Ponadto [Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny](#) zaleca edukację rodziców i wychowawców w tej kwestii. Materiały na ten temat dostępne są na stronie: <http://psseprzemysl.pl>.

# UMYJ RĘCE



**UMYJ RĘCE** mydłem i bieżącą wodą, kiedy są **WIDOCZNIE ZABRUDZONE**

Jeśli twoje ręce **NIE SĄ WIDOCZNIE ZABRUDZONE**, często przecieraj je **CHUSTECZKAMI DO DEZYNFEKCJI** lub użyj **PŁYNU DEZYNFEKCYJNEGO** do rąk na bazie alkoholu, lub myj wodą i mydłem



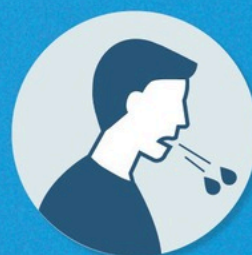


# CHROŃ INNYCH PRZED ZACHOROWANIEM



**UNIKAJ** bliskiego kontaktu z innymi,  
kiedy masz **KATAR, KASZEL LUB**  
**GORĄCZKĘ**

**UNIKAJ SPLUWANIA**  
w miejscach publicznych



Jeśli masz **GORĄCZKĘ, KASZEL**  
i **TRUDNOŚCI Z ODDYCHANIEM**  
zwróć się o **POMOC DO LEKARZA.**  
Przełącz informacje o miejscach i czasie  
swoich **OSTATNICH PODRÓŻY**



# CHROŃ INNYCH PRZED ZACHOROWANIEM



Podczas kaszlu i kichania **ZAKRYJ USTA I NOS** chusteczką lub zgiętym łokciem



Następnie **WYRZUĆ CHUSTECZKĘ** i **UMYJ RĘCE** wodą z mydłem lub zastosuj płyn dezynfekcyjny



**WYRZUĆ CHUSTECZKĘ** do zamkniętego kosza bezpośrednio po użyciu



Po kaszlu, kichaniu oraz podczas opieki nad chorym, przecieraj ręce **CHUSTECZKAMI DO DEZYNFEKCJI** lub **PŁYNEM DO DEZYNFEKCJI** na bazie alkoholu, lub **MYJ RĘCE** wodą i mydłem



## MASZ OBJAWY



**GORĄCZKA**



**KASZEL**



**DUSZNOŚĆ**



**PROBLEMY  
Z ODDYCHANIEM**

**BEZZWŁOCZNIE**, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego

**14**  
DNI



## NIE MASZ OBJAWÓW

przez kolejne **14 DNI** kontroluj swój stan zdrowia  
**CODZIENNIE** mierz temperaturę



## MIAŁEŚ KONTAKT Z OSOBĄ CHORĄ LUB ZAKAŻONĄ KORONAWIRUSEM

**BEZZWŁOCZNIE** telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną



# SPOSOBY OGRANICZENIA RYZYKA ZAKAŻENIA KORONAWIRUSEM:



Częste przecieranie rąk **CHUSTECZKAMI DO DEZYNFEKCJI** na bazie alkoholu lub **MYCIE RĄK** wodą i mydłem



Podczas kaszlu i kichania **ZAKRYWANIE UST I NOSA** zgiętym łokciem lub chusteczką. Chusteczkę należy natychmiast wyrzucić i umyć ręce



**UNIKANIE BLISKIEGO KONTAKTU** z każdym, kto ma gorączkę i kaszel



**DOKŁADNE GOTOWANIE** mięsa i jajek



**UNIKANIE KONTAKTU** z chorymi lub bezpiecznymi zwierzętami

# STOSUJ ZASADY BEZPIECZEŃSTWA ŻYWNOCÍ



**UŻYWAJ ODDZIELNYCH DESEK**  
oraz **NOŻY** do krojenia surowego  
mięsa oraz gotowanego pożywienia

**UMYJ RĘCE** między kontaktem  
z surowym i gotowanym  
pożywieniem





# ZACHOWAJ ZDROWIE PODCZAS PODRÓŻY



Podczas kaszlu lub kichania **ZAKRYJ USTA i NOS** zgiętym łokciem lub chusteczką – **NATYCHMIAST WYRZUĆ** chusteczkę i **UMYJ RĘCE**

Jeśli zdecydujesz się nosić maseczkę, upewnij się, że **ZAKRYWA** ona **USTA i NOS** – unikaj dotykania założonej maski



**NIEZWŁOCZNIE WYRZUĆ** po każdym użyciu **MASECZKĘ** jednorazowego użytku oraz **UMYJ RĘCE** po zdjęciu maseczki



# ZACHOWAJ ZDROWIE PODCZAS PODRÓŻY



**UNIKAJ PODRÓŻY,**  
jeśli masz **GORĄCZKĘ** i **KASZEL!**



Jeśli masz **GORĄCZKĘ, KASZEL** i **TRUDNOŚCI  
W ODDYCHANIU** niezwłocznie zwróć się  
o **POMOC LEKARSKĄ** oraz udziel informacji swojemu  
lekarzowi o **NIEDAWNO ODBYTYCH PODRÓŻACH**

# ZACHOWAJ ZDROWIE PODCZAS PODRÓŻY



**UNIKAJ BLISKIEGO KONTAKTU**  
z osobami, które mają **GORĄCZKĘ**  
oraz **KASZEL**

Często **MYJ RĘCE** wodą z mydłem  
oraz **STOSUJ PŁYNY DEZYNFEKCYJNE**  
do rąk na bazie alkoholu



**UNIKAJ** dotykania **OCZU,**  
**NOSA** lub **UST**



# ZACHOWAJ ZDROWIE PODCZAS PODRÓŻY



**JEŚLI ZACHORUJESZ**  
podczas podróży, **POINFORMUJ**  
o tym **ZAŁOGĘ** i **NIEZWŁOCZNIE**  
**ZGŁOŚ SIĘ PO POMOC LEKARSKĄ**

Jeśli zgłosisz się po pomoc  
lekarską, **POINFORMUJ LEKARZA**  
o odbytych podróżach

