

# Jak skutecznie myć ręce?



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



**2** Namydł obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



**3** Spleć palce i namydł je.



**4** Namydł kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



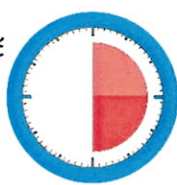
**5** Namydł wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



**6** Namydł obydwa nadgarstki.



**7** Spłucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wysusz je starannie.



**Całkowity czas:  
30 sekund**

**Nie zapomnij umyć tych obszarów:**



Główny Inspektorat Sanitarny



# Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć maseczkę



1

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



**Nie wrzucaj maseczki do toalety!**

  
Ministerstwo Zdrowia







# Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć rękawice



Przed nałożeniem na dłonie rękawic **dokładnie umyj ręce wodą z mydłem** przez minimum 20 sekund

## ZAKŁADANIE:



1

Wymij rękawicę z opakowania



2

Uchwycić ją w miejscu, w którym powinien znajdować się nadgarstek i płynnym ruchem wsunąć ją na dłoń



3

Nałóż pierwszą rękawicę



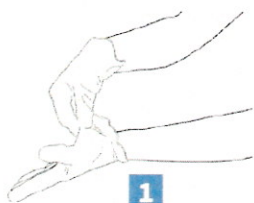
4

Drugą rękawicę wymij gołą dłonią



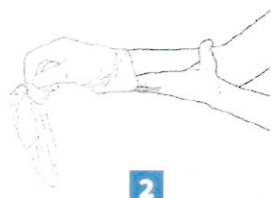
5

Odwiń zewnętrzną powierzchnię nakładanej rękawicy zgiętymi palcami dłoni w rękawicy i nałóż 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 włóż 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!**

Główny Inspektorat Sanitarny

/GIS\_gov

/GISgovpl

/GIS\_gov\_pl

/gis.gov.pl

Załącznik nr 2

Monitorowanie prac porządkowych - mycie i dezynfekcja

| Data i godzina przeprowadzonej dezynfekcji | Rodzaj dezynfekowanego pomieszczenia (zgodnie ze wzorem karty monitoringu codziennych prac porządkowych) | Imię i nazwisko oraz podpis osoby wykonującej czynność czyszczenia |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

Wzór karty monitoringu codziennych prac porządkowych (kontroli czystości i dezynfekcji)  
w okresie od ..... do .....

| godzina | Poniedziałek | Wtorek | Środa | Czwartek | Piątek |
|---------|--------------|--------|-------|----------|--------|
| 09.30   | *)           |        |       |          |        |
| 10.30   |              |        |       |          |        |
| 11.30   |              |        |       |          |        |
| 12.30   |              |        |       |          |        |
| 13.30   |              |        |       |          |        |
|         |              |        |       |          |        |

\*) podpis pracownika wykonującego kontrole czystości i dezynfekcję

Załącznik nr 3

Rejestr mycia i dezynfekowania pomieszczeń.

Ustala się, że dokonywanie czynności mycia i dezynfekcji będzie przebiegało w/g następującego harmonogramu:

| I.p. | Rodzaj powierzchni, sprzętu                     | Sposób mycia dezynfekcji               | Częstotliwość  | Osoby odpowiedzialne                |
|------|---|--|--|-------------------------------------|
| 1    | ciągi komunikacyjne, podłoga korytarz, jadalnia | woda z detergentem/ płyn dezynfekujący | 2 razy dziennie                                      | prac. obsługi serwisu sprzątającego |
| 2    | klamki, kontakty, poręcze                       | płyn dezynfekujący                     | min.3 razy dziennie                                  | prac. obsługi serwisu sprzątającego |
| 3    | blaty, oparcia krzeseł                          | płyn dezynfekujący                     | 2 razy dziennie                                      | prac. obsługi serwisu sprzątającego |
| 4    | sanitariaty                                     | środki myjące / płyn dezynfekujący     | 3 x dziennie   | prac. obsługi serwisu sprzątającego |
| 6    | sprzęt gimnastyczny                             | płyn dezynfekujący                     | po każdorazowym skorzystaniu przez grupę uczestników | prac. obsługi serwisu sprzątającego |

## Oświadczenie

.....  
(imię i nazwisko pracownika)

Niniejszym oświadczam, że zostałem/am zapoznany/a z *procedurą funkcjonowania placówki FK-WCK* w okresie epidemii, stanowiącą załącznik do Zarządzenia nr 23 Dyrektora Filharmonii Kaszubskiej – Wejherowskiego Centrum Kultury z dnia 28.09.2020 r. i zobowiązuję się do przestrzegania zasad w niej określonych.

Wejherowo, dnia ..... 2020 r.

.....  
(czytelny podpis pracownika)

4



DEKLARACJA RODZICA

Ja niżej podpisany/podpisana

..... oświadczam, że:  
(nazwisko i imię rodzica / opiekuna prawnego)

1. Zapoznałem/am się z treścią „**Procedur bezpieczeństwa na terenie Filharmonii Kaszubskiej – Wejherowskiego Centrum Kultury, w okresie pandemii Covid-19**” związanych z reżimem sanitarnym przede wszystkim: wysyłania / przyprowadzania do FK tylko i wyłącznie zdrowego dziecka, bez kataru, kaszlu, podwyższonej temperatury ciała oraz natychmiastowego odebrania dziecka z WCK (max. 45 min.) w razie wystąpienia jakichkolwiek oznak chorobowych w czasie pobytu placówce WCK. Przyjmuje do wiadomości i akceptuję, iż w chwili widocznych oznak choroby u mojego dziecka, dziecko nie zostanie w danym dniu przyjęte do placówki WCK a będzie mogło do niej wrócić po ustaniu wszelkich objawów chorobowych min. 7 dni.
2. Deklaruję pełne zastosowanie się do wytycznych MKiDN, GIS i MZ oraz wyrażam zgodę na realizowanie tych zaleceń przez placówkę WCK, co może wiązać się z ograniczeniami pobytu i opieki nad dzieckiem oraz innymi restrykcjami, a także podporządkowanie się poleceniom dyrekcyi i osobom prowadzącym zajęcia w tym zakresie.
3. Uczestnik jest/nie jest (niewłaściwe skreślić) uczulony/a na wszelkie środki dezynfekujące.
4. Zobowiązuję się do poinformowania dyrektora placówki WCK o wszelkich zmianach w sytuacji zdrowotnej odnośnie wirusa Covid-19 mojego dziecka, jak i w moim najbliższym otoczeniu.
5. Podaję mój aktualny numer telefonu, który bezwzględnie będzie odpowiadał na połączenia przychodzące z FK–WCK: .....

Przyjmuje do wiadomości, że w przypadku konieczności odebrania dziecka z FK z powodu podejrzenia zakażenia koronawirusem i nieuzyskania kontaktu z rodzicem (max.10 min.),  
pracownik sekretariatu wzywa pogotowie ratunkowe do dziecka.

Przepisy prawa:

- 1) Wytyczne MKiDN.
- 2) ROZPORZĄDZENIE RADY MINISTRÓW z dnia 7 sierpnia 2020 r. w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii (Dz. U. z 2020r. poz. 1356 i 1393).
- 3) Wytyczne GIS z 2 lipca 2020 r.

Wejherowo, dnia ..... 2020 r.

.....  
(czytelny podpis rodzica / opiekuna prawnego)

Za objawy zaobserwowane u dziecka, upoważniające do zmierzenia temperatury uważa się:

- ⇒ skóra: jeżeli na skórze pojawia się wysypka i/lub jeśli wysypce towarzyszą zmiany w zachowaniu dziecka (swędzące, pęcherzykowe wypryski na skórze);
- ⇒ oczy: ropne zapalenie spojówek (białko oka jest zaróżowione lub zaczerwienione, a w oku zbiera się substancja ropna, która wycieka lub zasycha w oku);
- ⇒ zachowanie: dziecko wykazuje symptomy zmęczenia lub jest poirytowane, płacze częściej niż zwykle;
- ⇒ system oddechowy: dziecko ma kaszel, problemy z oddychaniem;
- ⇒ system trawienia: dziecko ma biegunkę, w ciągu ostatnich 2 godzin zwracało przynajmniej dwa razy (chyba że istnieje pewność, że wymioty nie są skutkiem choroby);
- ⇒ jama ustna: w jamie ustnej pojawiły się krostki lub owrzodzenie i ślina wycieka dziecku z ust.

