

Podstawowe zasady bezpieczeństwa w walce z Koronawirusem: Wytyczne dla wszystkich pracowników SATORIA Group S.A.

Zapewnienie bezpieczeństwa pracownikom

1. Wdrożenie bezdotykowego mierzenia temperatury u pracowników przy wejściu do pracy. Mierzenie temperatury odbywa się, w miarę możliwości, poza budynkiem, a pracownicy stojąc w kolejce muszą zachować przynajmniej 2-metrowy odstęp. W przypadku stwierdzenia podwyższonej temperatury (powyżej 38 stopni C) lub wyraźnych oznak choroby jak uporczywy kaszel, złe samopoczucie, trudności w oddychaniu, dana osoba nie zostanie dopuszczona do pracy.
2. Wszystkie osoby, które zauważą u siebie jakikolwiek objawy grypy – podwyższona gorączka, katar, kaszel, duszności, bóle mięśni, ogólne rozbicie – mają zakaz przychodzenia do pracy. W takich przypadkach należy bezzwłocznie poinformować swojego przełożonego i ustalić z nim, jeśli jest taka możliwość, zasady pracy zdalnej.
3. Po wejściu do biura / hotelu oraz przed wyjściem myć i dezynfekować ręce.
4. Noszenie osłony nosa i ust (maseczka lub przyłbica) oraz rękawic ochronnych podczas wykonywania obowiązków.
5. Zachowanie bezpiecznej odległości od rozmówcy i współpracowników (rekomendowane 2 metry).
6. Regularne częste i dokładne mycie rąk wodą z mydłem zgodnie z instrukcją znajdującą się przy umywalce i/lub dezynfekować osuszone dłonie środkiem na bazie alkoholu (min. 60%).
7. Podczas kaszlu i kichania zakrywanie ust i nosa zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucenie chusteczki do zamkniętego kosza i umycie ręce.
8. Nie dotykanie dłońmi okolic twarzy, zwłaszcza ust, nosa i oczu.
9. Dołożenie wszelkich starań, aby stanowiska pracy były czyste i higieniczne, szczególnie po zakończonym dniu pracy. Należy pamiętać o dezynfekcji powierzchni dotykowych jak słuchawka telefonu, klawiatura i myszka, włączniki światel czy biurka.
10. Wstrzymanie się od wszelkich podróży służbowych i zastąpienie ich telekonferencjami.
11. Podczas spotkań wewnątrzzakładowych ograniczona ilość uczestników do minimum. Spotkania powinny być przeprowadzane (w miarę możliwości) przy otwartych oknach z zachowaniem rekomendowanych przez służby sanitarne odległości pomiędzy osobami (minimum 2 m).
12. W trybie pilnym poinformowanie Dyrektora Hotelu i Gł. Specjalistę ds. bhp o podejrzeniu wykrycia wirusa w obiekcie.
13. Pracownik, który mógł narazić się na zakażenie koronawirusem poza zakładem pracy musi zgłosić taki fakt do przełożonego i/lub Gł. Specjalisty ds. bhp.

14. Maksymalne ograniczenie korzystania z przestrzeni wspólnych, w tym: wprowadzenie różnych godzin przerw, ograniczenie liczby osób, które muszą korzystać z szatni.
15. Spożywanie posiłków indywidualnie lub zachowując odległość 3 metrów od innych pracowników.
16. Zminimalizowanie korzystania z pomieszczeń socjalnych.
17. W miarę możliwości regularne wietrzenie nieklimatyzowanych pomieszczeń.
18. Unikanie dojazdów do pracy środkami komunikacji publicznej, jeżeli istnieje taka możliwość

Zapewnienie bezpieczeństwa w obiekcie

1. Umieszczenie w widocznym miejscu przed wejściem do hotelu i w recepcji informacji o maksymalnej liczbie gości mogących jednocześnie przebywać w danej części obiektu.
2. Przypominanie o podstawowych zasadach bezpieczeństwa w formie rozwieszonych plakatów.
3. Przy recepcji umieszczenie w formie plakatów potrzebnych numerów telefonów do stacji sanitarno-epidemiologicznej, służb medycznych.
4. Umieszczenie na terenie hotelu/obektu dozowników z płynem do dezynfekcji rąk dostępnych dla gości, a w szczególności przy wejściu na teren obiektu
5. Zapewnienie możliwości zakupu maseczek ochronnych w recepcji.
6. Wywieszenie w pomieszczeniach sanitarno-higienicznych instrukcji mycia rąk, zdejmowania i zakładania rękawiczek, zdejmowania i zakładania maseczki, a przy dozownikach z płynem do dezynfekcji – instrukcji prawidłowej dezynfekcji rąk.
7. Zapewnienie sprzętu i środków oraz monitorowanie codziennych prac porządkowych, ze szczególnym uwzględnieniem dezynfekowania powierzchni dotykowych.
8. Ograniczenie do minimum czasu przebywania gościa przy recepcji.
9. Kontrola maksymalnej liczby gości w hotelu.
10. Wyłączenie z użytkowania pomieszczeń takich jak: wspólne sale telewizyjne, sale zabaw dla dzieci, baseny, sauny, dyskoteki oraz innych, w których mogą tworzyć się skupiska ludzi, do czasu wejścia w kolejną fazę odmrażania. Umożliwienie korzystania z w/w przestrzeni w sytuacji wynajęcia na wyłączność przez gości hotelu wspólnie zakwaterowanych.
11. Możliwość użytkowania sal konferencyjnych z zachowaniem dystansu społecznego wynoszącego minimum 2 m odległości osoby od osoby.
12. Bezwzględny zakaz przebywania w hotelu osób tam nie zakwaterowanych.
13. Bieżące dezynfekowanie, nie rzadziej niż co godzinę, ogólnych toalet, wind, blatu recepcyjnego (po każdym gościu), klamek, poręczy, uchwytów, telefonów, klawiatury komputerów, urządzeń w pomieszczeniach socjalnych oraz innych, często dotykanych powierzchni.
14. Systematyczne wietrzenie wszystkich pomieszczeń hotelu.
15. Sprzątanie pokoi odbywa się zgodnie z procedurą dla Służby Pięter.
16. Funkcjonowanie restauracji i barów hotelowych odbywa się zgodnie z procedurą dla Gastronomii.
17. Obsługa gości w recepcji odbywa się zgodnie z Procedurą dla Recepcji.
18. Dezynfekcja przycisków na parkingu przez ochronę po każdym użyciu.

19. W hotelu został wyznaczony i przygotowany (m.in. wyposażonego w środki ochrony indywidualnej i płyn dezynfekujący) pokój, w którym będzie można czasowo odizolować osobę w przypadku stwierdzenia objawów chorobowych.
20. Informowanie wszystkich gości oraz potencjalnych klientów hotelu o procedurach bezpieczeństwa zastosowanych w związku z wirusem COVID-19.
21. Obowiązek stosowania przez dostawców hotelu środków ochrony osobistej zgodnie z aktualnymi przepisami prawa.
22. Osobom zatrudnionym niezależnie od podstawy zatrudnienia są zapewnione środki ochrony indywidualnej i środki do dezynfekcji rąk.

Postępowanie w przypadku podejrzenia u gościa hotelowego zakażenia koronawirusem

1. Na bieżąco monitorujemy samopoczucie gości hotelowych.
2. Komunikacja między działami w sprawie przeziębionych Gości hotelowych.
3. Podczas sprząwania pokoju – obserwowanie, czy na widoku są leki i wdrażanie innej procedury sprząwania (przewietrzenie pomieszczenia, praca zawsze w rękawiczkach, dezynfekcja i mycie rąk po każdym sprząniętym pokoju).
4. Jeśli Gość zgłasza złe samopoczucie lub wyraźne oznaki choroby jak uporczywy kaszel, złe, trudności w oddychaniu:
 - a) prosimy, aby pozostał w pokoju, zapewniamy o trosce i zgłaszamy na telefon alarmowy. Gość nie powinien opuszczać pokoju przed przyjazdem lekarza i należy Go o tym poinformować
 - b) czasowe odizolowanie go w dedykowanym pomieszczeniu, powiadomienie dyspozytora medycznego o podejrzeniu zakażenia i zgłoszenie incydentu do Dyrektora hotelu, co umożliwi ustalenie obszaru, w którym poruszała się i przebywała osoba, przeprowadzenie rutynowego sprząwania, zgodnie z procedurami oraz zdezynfekowanie powierzchni dotykowych (klamki, poręcze, uchwyty itp.).
 - c) Ustalenie listy pracowników obecnych w tym samym czasie w częściach obiektu, w których przebywał gość hotelowy i kontakt z Gł. Specjalistą ds. bhp.
 - d) Wstrzymanie przyjmowania gości.
 - e) Zgłoszenie do Głównego Inspektora Sanitarnego incydentu w celu otrzymania wytycznych odnoszących się do osób, które miały kontakt z zakażonym i stosowanie się ściśle do wydawanych instrukcji i poleceń.

Prezes Zarządu

Andrzej Wójcik

SATORIA Group
Spółka Akcyjna
02-566 Warszawa, ul. Puławska 2
Budynek B

Podstawowe zasady bezpieczeństwa w walce z Koronawirusem: Wytyczne dla pracowników Recepcji SATORIA Group S.A.

Procedura meldowania Gości:

1. Gość podczas przybycia do Hotelu zatrzymuje się w lobby. Tam korzysta z płynu do dezynfekcji rąk, zakłada rękawiczki jednorazowe i maskę ochronną.
2. W hotelowym lobby wydzielone są strefy oczekiwania na proces meldunkowy z uwzględnieniem 1,5 metra odległości pomiędzy punktami.
 - a. jeśli Gość jest jedyną oczekującą osobą, jest kierowany bezpośrednio do recepcji.
 - b. jeśli osób oczekujących do procesu meldunkowego jest więcej, Gość oczekuje na swoją kolej w wyznaczonej strefie.
3. Pracownik recepcji obsługuje Gościa zza plexi, stosując środki ochrony osobistej w postaci rękawiczek oraz przyłbicy.
4. Gość podaje numer rezerwacji / nazwisko – następuje proces meldunkowy.
5. Zaleca się płatność kartą kredytową.
6. Celem podpisania karty meldunkowej Gość otrzymuje od pracownika recepcji zdezynfekowany długopis, który po złożeniu podpisu umieszcza w pojemniku zlokalizowanym na ladzie recepcyjnej.
 - a. Pracownik recepcji zobowiązany jest opróżniać pojemnik co 30 minut, dezynfekując długopisy na zapleczu recepcji środkiem do dezynfekcji powierzchni, natomiast „czyste” długopisy umieszczane są w pojemniku w recepcji (odpowiednio oznaczonym).
7. Podczas meldunku Gość otrzymuje informację – na piśmie, o wprowadzonych procedurach (w tym o zakazie przebywania na terenie hotelu osób nie zameldowanych) – podpisuje ją i jest ona przechowywana wraz z kartą meldunkową.
8. Po dopełnieniu procedur związanych z meldunkiem, Gość otrzymuje klucz do pokoju (uprzednio zdezynfekowany).
9. Zaleca się, aby Gość przez całą drogę do pokoju miał na rękach rękawiczki jednorazowe i zdjął je dopiero po wejściu do pokoju hotelowego.


Zmiany dotyczące procedury wymeldowania się z hotelu:

1. Gość udaje się do recepcji celem wymeldowania, wrzuca do pojemnika klucz do pokoju, podając ustnie pracownikowi recepcji numer pokoju, który opuszcza.
 - a. pojemnik jest opróżniany po wyjazdach, klucze dezynfekowane.

Zalecenia w obszarze recepcja:

1. Dezynfekowanie co 30 minut blatów recepcyjnych.

2. Dezynfekowanie co godzinę monitorów ekranowych, klawiatur, myszki do komputera, uchwytów przy szufladach, włączników światła, klamek, telefonów.
3. Dezynfekowanie po każdorazowym użyciu terminala do kart płatniczych.
4. Częste mycie i dezynfekcja rąk pracowników recepcji oraz pracownika dyżurującego w lobby.
5. Pracownicy wyposażeni są w środki ochrony osobistej: płyn do dezynfekcji rąk, środek do dezynfekcji powierzchni, rękawiczki jednorazowe, które znajdują się na zapleczu recepcji. Każdy pracownik recepcji otrzymuje przyłbicę, którą podczas zmiany dezynfekuje co 30 minut. Dostępne są także maseczki jednorazowe.
6. Częste wietrzenie pomieszczeń: recepcja, zaplecze recepcji.
7. Zabrania się wpuszczania na teren obiektu dostawców jedzenia z zewnątrz (Goście muszą odbierać zamówienie przed hotelem).
8. Umieszczenie w lobby informacji – jeśli masz objawy choroby – skontaktuj się z sanepidem
9. Umieszczenie przy windach informacji, że jednocześnie z windy może korzystać jedna osoba.
10. Usunięcie z lobby wszystkich materiałów drukowanych.
11. Kontrola przez kierownika recepcji ilości zameldowanych Gości na terenie obiektu. Ustala się maksymalne ilości:
 - Hotel BW Portos 450 osób
 - Hotel Aramis 470 osób
 - Hotel Atos 464 osób
 - Hotel BW Felix 454 osób

Prezes Zarządu

Andrzej Wójcik

SATORIA Group
Spółka Akcyjna
02-566 Warszawa, ul. Puławska 2
Budynek B

Podstawowe zasady bezpieczeństwa w walce z Koronawirusem: Wytyczne dla pracowników Gastronomii SATORIA Group S.A.

Mając na celu zredukowanie ekspozycji i transmisji chorób oraz zapobieganie zanieczyszczenia żywności potencjalnie chorobotwórczymi mikroorganizmami, których źródłem mogą być osoby mające kontakt z żywnością, dotyczy to również SARS COV-2 należy bezwzględnie stosować dobre praktyki higieniczne, które obejmują:

1. Właściwą higienę rąk

Należy pamiętać o częstym myciu rąk wodą z mydłem a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60%). Wirus osłonięty jest cienką warstwą tłuszczową, którą niszczą detergenty, mydło, środki dezynfekcyjne, promienie UV. Mycie rąk z użyciem wodą z mydłem zabija wirusa, jeśli znajduje się on na rękach.

2. Higienę kasłania/kichania

Podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce używając mydła i wody lub zdezynfekować je środkami na bazie alkoholu (min. 60%).

Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków, w tym wirusów. Jeśli nie przestrzega się tej zasady można łatwo zanieczyścić przedmioty, powierzchnie.

3. Zasady bezpieczeństwa żywności - HACCP

4. Uniemożliwienie przez pracowników bliskiego kontaktu z każdą osobą, która ma objawy chorobowe ze strony układu oddechowego (kichanie, kaszel).

5. Osoby chore wykazujące ww. objawy nie mogą przystąpić do pracy (**pomiar temperatury podczas wejścia do obiektu – temp. Nie wyższa niż 38C**)

6. Wizyty osób z poza bloku żywieniowego muszą być ograniczone. Na obszar mogą wchodzić wyłącznie osoby dopuszczone zgodnie z tymczasową procedurą odwiedzin - dostawy muszą być przyjmowane według tej samej procedury.

7. Przyjęcia towaru – przyjęciem dostawy zajmują się jedna osoba. Do strefy czystej są wnoszone jedynie produkty w zdezynfekowanych opakowaniach wewnętrznych (DIVODEF FG) przez osobę, która po rozpakowaniu towaru zdezynfekowała dłonie. Opakowania zewnętrzne zostają usunięte.

8. Zamówienia posiłków wyłącznie w formie dostawy do pokoju. Zamówienia telefoniczne realizowane w godzinach 14:00 do 22:00 (ostatnie zamówienie o 22:00). Preferowana metoda płatności bezgotówkowa, nie pobieramy opłaty za dostawę do pokoju (do odwołania). Dostawa bez wchodzenia do pokoju – gość odbiera tacę z wózka. Kelner znosi potrawę w rękawiczkach i maseczce. Danie przykryte kloszem i zafoliowane. Sztuczki zapakowane.

Pracownicy muszą myć ręce:

- Przed rozpoczęciem pracy
- Przed kontaktem z żywnością, która jest przeznaczona do bezpośredniego spożycia (ugotowana, upieczona, usmażona)
- Po obróbce lub kontakcie z żywnością surową, nieprzetworzoną;
- Po zajmowaniu się odpadami/śmieciami;
- Po zakończeniu procedur czyszczenia/dezynfekcji
- Po skorzystaniu z toalety
- Po kaszlu, kichaniu, wydmuchaniu nosa
- Po jedzeniu, piciu, lub paleniu
- Po kontakcie z pieniędzmi

Mając na uwadze obowiązujące przepisy w zakresie bezpieczeństwa żywności wskazane jest:

1. Bezwzględne przestrzeganie zasad higieny osobistej, mycia rąk, obowiązku informowania o złym stanie zdrowia.
2. Wzmoczony nadzór nad przestrzeganiem zasad higieny przez pracowników (dotyczy przełożonych).
3. Zwiększenie częstotliwości czyszczenia i dezynfekcji powierzchni roboczych, podłóg, urządzeń, tam gdzie pracownicy są potencjalnym źródłem zanieczyszczenia .
4. Ograniczanie w miarę możliwości ekspozycji żywności nieopakowanej.
5. Zwracanie uwagi na właściwą higienę (nie kasłanie/kichanie w stronę innych osób i w stronę towaru).
6. Przestrzeganie zasad dostępu do obszarów produkcyjnych przez osoby zewnętrzne.
7. Egzekwowanie podziału na strefy (czystą i brudną), szczególna dbałość o higienę miejsc wspólnych takich jak szatnie, przebieralnie, łazienki, pokoje socjalne.
8. Stosowanie wzmoczonej procedury mycia i czyszczenia pomieszczeń higieniczno - sanitarnych minimum po każdej zmianie.
9. Stosowanie masek ochronnych / przyłbic oraz rękawiczek – w szczególności pracownicy przyjmujący dostawy i dostarczający posiłki do pokoi hotelowych.

Prezes Zarządu

Andrzej Wójcik

SATORIA Group
Spółka Akcyjna
02-566 Warszawa, ul. Puławska 2
Budynek B

Podstawowe zasady bezpieczeństwa w walce z Koronawirusem: Wytyczne dla pracowników Służby Pięter SATORIA Group S.A.

Części ogólnodostępne

1. Bieżące dezynfekowanie, nie rzadziej niż co godzinę, ogólnych toalet, wind, klamek, poręczy, uchwytów, telefonów, urządzeń w pomieszczeniach socjalnych oraz innych, często dotykanych powierzchni- prowadzenie grafików czyszczenia powierzchni ogólnodostępnych.
2. W lobby hotelowym i przy każdej toalecie ogólnodostępnej jest udostępniony środek do dezynfekcji rąk.
3. W miarę możliwości systematyczne wietrzenie wszystkich pomieszczeń hotelu.

Zmiany w pokoju przed uruchomieniem hotelu

1. Wycofujemy z pokoi notes, ołówki, wszystkie ulotki reklamowe, informatory, menu wraz ze stojakiem – istotne informacje wprowadzamy do TV.
2. Zabieramy z szafy komplet akcesoriów – lista i torba na brudną bieliznę, czyścik do butów, szcotka do ubrania. Wszystkie akcesoria dostępne w recepcji na życzenie – informacja umieszczona w TV.
3. Likwidujemy poduszki ozdobne i narzuty.
4. Nie dokładamy dodatkowej rolki papieru, chusteczek, torebek higienicznych.
5. Do zestawu powitalnego w pokoju wstawiamy kubki jednorazowego użytku.
6. Wycofujemy szklane kubki i szklanki
7. Zakaz używania hotelowych suszarek nadmuchowych w łazienkach pokojowych.

Sprzątanie pokoju wyjazdowego

1. Po wyjeździe gościa, jeśli to możliwe czekamy 24 godziny przed rozpoczęciem sprzątania pokoju -otwieramy tylko okna i sprawdzamy stan pokoju.
2. Ze wszystkich wyjazdowych pokoi z dnia poprzedniego zbieramy brudną pościel ,podkład, protektory na poduszki oraz wszystkie ręczniki nawet jeśli nie były używane. Po zebraniu i zwiezieniu brudnej bielizny do magazynu myjemy i dezynfekujemy ręce, zmieniamy maseczkę i rękawiczki.
3. Po każdym kliencie zaleca się rutynowe sprzątniecie pokoju i dezynfekcję wszystkich powierzchni dotykowych (w tym oparcia krzesel), sprzętu (np. piloty) i łazienki oraz gruntowne wywietrzenie pomieszczenia, albo po sprzątnięciu pomieszczenia – użycie lampy UV zgodnie z zaleceniem producenta.
4. Każdy pokój sprzątamy przy użyciu nowego zestawu ścierek.

5. Pokój można ponownie wynająć po zakończeniu dezynfekcji w okresie zgodnym z instrukcją urządzenia służącego do dekontaminacji, albo zaleceń producenta zastosowanych technologii.
6. Rzeczy znalezione w pokoju gościa wkładamy do plastikowej torby znakujemy i postępujemy zgodnie z procedurą rzeczy znalezionych.
7. Sprzęt codziennego użytku – odkurzacze , wózki ,szczotki dezynfekujemy po zakończonej pracy na koniec dnia.

Sprzątanie pokoju zajętego

1. Ograniczenie rutynowego sprzątania pokoi, w trakcie pobytu Gościa, które powinno się odbywać jedynie na życzenie.
2. Sprzątanie pokoju odbywa się tylko i wyłącznie podczas nieobecności Gościa w pokoju.
3. Procedura sprzątania jak wyżej z zachowaniem środków ostrożności.

Sprzątanie pokoju zajętego do gościa z pobytem powyżej 7 dni – firmy budowlane.

1. W przypadku gości długoterminowych usługa sprzątania pokoju tylko raz w tygodniu.
2. Wymiana pościeli raz na 2 tygodnie .
3. Procedura sprzątania jak wyżej z zachowaniem środków ostrożności.

Procedury w magazynie bielizny

1. Magazynier zobowiązany jest do pracy w rękawiczkach i przyłbicy.
2. W magazynie obowiązuje rozgraniczenie na wózki do bielizny brudnej oraz wózki do bielizny czystej.
3. Istnieją dwa magazyny – Bielizny czystej i Bielizny brudnej.
4. Drogi transportu bielizny nie mogą się krzyżować –obowiązuje rozdział czasowy. Bielizna brudna jest zwożona rano do godz. 12:00. Bielizna czysta rozwożona po godz.12:00.
5. Bielizna czysta jest zafoliowana , dostarczana z pralni w systemie sanitarnym.

Wymogi dla pracowników – pokojowe

1. W szatni pracowniczej może przebierać się tylko 1 osoba.
2. W pomieszczeniu socjalnym mogą przebywać jednocześnie 2 osoby.
3. Personel sprzątający powinien być wyposażony i przestrzegać używania jednorazowej maseczki lub przyłbicy i rękawiczek, a w razie potrzeby jednorazowego fartucha z długim rękawem.
4. Wszystkie czynności wykonujemy w rękawiczkach i maseczce/przyłbicy.
5. Śledzenie zapasów w magazynach na środki dezynfekujące i mydła.

Podstawowe zasady bezpieczeństwa w walce z Koronawirusem: Instrukcja mycia i dezynfekcji rąk

1. Higiena rąk

- Dłonie to podstawowa droga transmisji (przenoszenia) drobnoustrojów.
- Dłoni dotykasz różnych powierzchni, które mogą być skażone drobnoustrojami, w tym wirusem SARS-CoV-2. Następnie dotykasz nosa, oczu, ust – wirus dostaje się do twoich błon śluzowych i dochodzi do zakażenia.
- Mycie rąk pozwala na usunięcie z ich powierzchni większości drobnoustrojów – nawet 90 proc.

2. Koronawirus - Kiedy myć ręce?

- Po wejściu do pracy
- Przed przygotowaniem i spożyciem posiłku
- Po skorzystaniu z toalety
- Po wydmuchaniu nosa, kichnięciu
- Po kontakcie z odpadami
- Po odebraniu dostawy
- Po powrocie do domu

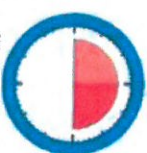
3. Mycie rąk

- Myj ręce ok. 30 sekund
- Rozpocznij od zmoczenia rąk wodą
- Nabierz tyle mydła, aby pokryły całą powierzchnię dłoni
- Dokładnie rozprowadź mydło po powierzchni pocierając o siebie rozprostowane dłonie
- Pamiętaj o dokładnym umyciu przestrzeni między palcami, grzbietów palców oraz okolic kciuków
- Na koniec dokładnie opłucz ręce wodą i wytrzyj ręce do sucha jednorazowym ręcznikiem

4. Dezynfekcja rąk

Dezynfekcja rąk jest zalecana wtedy, gdy nie masz dostępu do wody z mydłem, ponieważ nie eliminuje wszystkich drobnoustrojów – skuteczniejsze jest mycie rąk wodą z mydłem. Dezynfekuj ręce, używając preparatu zawierającego przynajmniej 60 proc. alkoholu (zgodnie z zaleceniami Głównego Inspektoratu Sanitarnego) Należy użyć odpowiedniej ilości płynu lub żelu – co najmniej 3 ml – i wcierać go dokładnie w skórę przez co najmniej 30 sekund, ruchami takimi, jak przy myciu rąk.

Jak skutecznie myć ręce?



**Całkowity czas:
30 sekund**

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Główny Inspektorat Sanitarny



Jak skutecznie dezynfekować ręce?

Użyj środka do dezynfekcji rąk,
który zawiera co najmniej 60% alkoholu.

Czas trwania:
do wyschnięcia
dłoni



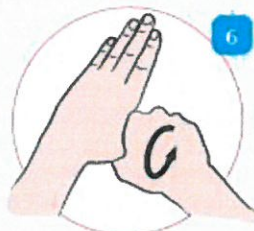
1 Nanieś taką ilość preparatu, aby dłonie były całkowicie zwilżone



5 Pocieraj górną część palców prawej dłoni o wewnętrzną część lewej dłoni i odwrotnie



2 Pocieraj dłoń o dłoń rozprowadzając preparat na całą powierzchnię



6 Ruchem obrotowym pocieraj kciuk lewej dłoni wewnętrzną częścią prawej dłoni i odwrotnie



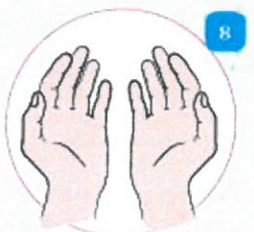
3 Pocieraj wewnętrzną częścią prawej dłoni o grzbietową część lewej dłoni i odwrotnie



7 Ruchem okrężnym opuszkami palców prawej dłoni pocieraj wewnętrzne zagłębienie lewej dłoni i odwrotnie



4 Spleć palce i pocieraj wewnętrznymi częściami dłoni



8 Po wyschnięciu ręce są zdezynfekowane



Podstawowe zasady bezpieczeństwa w walce z Koronawirusem: Instrukcja zakładania i zdejmowania masek ochronnych

1. Zasady noszenia maseczek jednorazowych

- Przed użyciem maseczki dokładnie umyj lub zdezynfekuj ręce.
- Przyłóż maseczkę starannie do twarzy w okolicy ust i nosa i rozłóż ją tak, by dobrze przywierała.
- Jeśli maseczka ma metalowy pasek, jego środek powinien znajdować się na grzbiecie nosa.
- Nigdy nie dotykaj maseczki w trakcie jej noszenia. Jeśli ci się to zdarzy, dokładnie umyj lub zdezynfekuj ręce.
- Wymień maseczkę higieniczną na nową, kiedy stanie się wilgotna.
- Nigdy nie używaj ponownie maseczki ochronnej jednorazowego użytku.
- Jeśli chcesz zdjąć maseczkę, to bez dotykania przedniej części chwyć za wiązanie z tyłu i rozwiąż je (jeśli maska zaczepiana jest za uszy, zacznij po kolei zdejmować każdy koniec).
- Po zdjęciu jednorazowej maseczki od razu umieść ją w koszu na śmieci z zamykaną klapą, ewentualnie w foliowej torebce, którą szczelnie zamknij i wyrzucić.
- Umyj i zdezynfekuj ręce.

Pamiętaj, że kluczowe jest zachowanie bezpiecznej odległości od innych osób -2 metry.

2. Przyłbice

- Przed założeniem przyłbicy dokładnie umyj lub zdezynfekuj ręce.
- Zdezynfekuj przyłbicę przed i po każdym użyciu. Ważne jest by robić to często i systematycznie co znacząco zwiększa bezpieczeństwo.
- Umyj i zdezynfekuj ręce.

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



Prezes Zarządu

Andrzej Wólcik

SATORIA Group
Spółka Akcyjna
02-566 Warszawa, ul. Puławska
Budynek R

Podstawowe zasady bezpieczeństwa w walce z Koronawirusem: Instrukcja zakładania i zdejmowania rękawic

1. Zasady noszenia rękawiczek jednorazowych

- Jednorazowe rękawice spełnią swoją rolę ochronną tylko wówczas, gdy są prawidłowo zakładane, a potem zdejmowane.
 - Przed ich założeniem należy dokładnie umyć dłonie
 - Najlepiej, by paznokcie były krótko obcięte
 - Nie należy wdmuchiwać w rękawice powietrza
- Na powierzchni rękawiczek mogą znajdować się drobnoustroje, dlatego pamiętaj, aby nie dotykać twarzy, a w szczególności oczu, nosa i ust. Nie należy również dotykać własnych rzeczy, jak np. telefon.
- Nieprawidłowe zdejmowanie rękawic może być przyczyną wtórnego zanieczyszczenia rąk w wyniku kontaktu z zewnętrzną powierzchnią rękawic, która została zanieczyszczona.
- Zdejmując rękawiczki, zachowaj ostrożność i zrób to w prawidłowy sposób, zgodnie z instrukcją zamieszczoną poniżej.
- Zaraz po zdjęciu rękawiczek, wyrzuć je do kosza i dokładnie umyj lub zdezynfekuj ręce preparatem zawierającym min. 60 proc. alkoholu.
- Nie używaj ponownie użytych rękawiczek jednorazowych

Pamiętaj, że samo noszenie rękawiczek jednorazowych nie zapewni Ci pełnej ochrony przed zakażeniem. Nie powinno zastąpić mycia lub dezynfekcji rąk. Nie należy zapominać o pozostałych środkach zapobiegawczych.



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

Uchwyc ją w miejscu, w którym powinien znajdować się nadgarstek i płynnym ruchem wsuń ją na dłoń



3

Nałóż pierwszą rękawicę



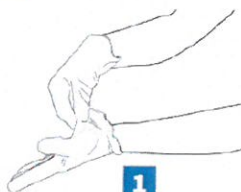
4

Drugą rękawicę wymij gołą dłonią



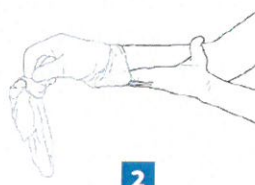
5

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!