

Správajme sa zodpovedne

#KoronaTeMerel

www.koronatemerel.sk



RÁMEC KRÍZOVÝCH OPATRENÍ
v súvislosti s preventívnymi opatreniami proti COVID 19

Ako si správne nasadiť rúško

Pár zásad

- Používajte vždy čisté rúška. Jednorazové nepoužívajte viackrát, po použití ich vždy vyhodte.
- Noste rúška počas celého pobytu medzi ľuďmi, neskladajte si ich a nezakladajte nanovo.
- Rúška chránia len v spojení s častým a dôkladným umývaním rúk, resp. dezinfekciou.

Nasadenie

(z hľadiska funkčnosti a čo najlepšej ochrany je dôležité, aby sa muži oholili!)

1. Pred založením masky si umyte ruky mydlom a teplou vodou alebo použite dezinfekčný gél.
2. Ak má rúško všitý kovový pásik, otočte rúško tak, aby bol na hornej strane.
3. Založte si elastické šnúrky za uši, alebo, ak má rúško obyčajné viazanie, zaviažte si šnúrky na zátylku.
4. Dbajte, aby rúško doliehalo na tvár a ak má rúško kovový pásik, ten ohnite, aby presne dosadol na koreň nosa. Dbajte, aby ste mali zakrytú aj bradu.

Skladanie

- Počas nosenia rúška sa ho nedotýkajte. Ak sa ho dotknete, hneď si umyte ruky.
- Ak počas používania rúško zvlhne, vymeňte ho.
- Pri skladaní dbajte na to, aby ste sa nedotkli prednej časti rúška. Rozviažte alebo zložte šnúrky a rúško vyhodte o uzatvárateľného odpadového koša.
- Umyte si ruky mydlom a teplou vodou alebo použite dezinfekčný gél.



Pokiaľ budete vykonávať pracovnú činnosť v otvorených priestoroch, tak aj tak platí:

1. Pri vychádzaní z domu už majte nasadené rúško
2. Pri nasadzovaní presne dodržujte postup
3. Dodržujte minimálne odstup 1 meter od človeka s ktorým komunikujete
4. Nevstupujte do uzavretých priestorov, domácností - rúško v uzavretých priestoroch stráca na účinnosti
5. Pri skladaní presne dodržujte postup
6. Pokiaľ ste si v niektorom postupe istí, obráťte sa na svojho koordinátora

Bavlnené rúška sú **viacnásobne použiteľné**.

Pre ich opätovné použitie je potrebné použiť jeden z nasledujúcich postupov:

- a. vyprať ich v pračke na 90 stupňov,
- b. vyžehliť z oboch strán žehličkou
- c. zaliať vriacou vodou a nechať zaliate aspoň 30 sekúnd



EURÓPSKA ÚNIA
Európsky sociálny fond



OPERAČNÝ PROGRAM
ĽUDSKÉ ZDROJE



MINISTERSTVO
VNÚTRA
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

www.esf.gov.sk
www.minv.sk