

# 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

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



3

Natóż pierwszą rękawicę



4

Drugą rękawicę wymij gołą dłonią

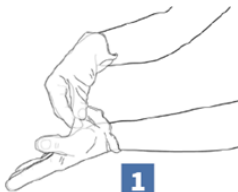


5

Odwiń zewnętrzną powierzchnię nakładanej rękawicy zgiętymi palcami dłoni w rękawicy i natóż na drugą rękę

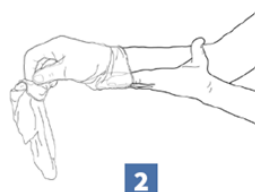
rdwa

rów:



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:

v.pl



**Nie wrzucaj rękawiczek do toalety!**



**Nie dotykaj twarzy w rękawiczkach!**

Główny Inspektorat Sanitarny

[/GIS\\_gov](#)

[/GISgovpl](#)

[/GIS\\_gov\\_pl](#)

[/gis.gov.pl](#)

## Procedury sanitarne

### Miejskiego Ośrodka Kultury w Przeworsku w trakcie epidemii COVID -19

Procedury opracowano w oparciu o wytyczne Głównego Inspektora Sanitarnego oraz Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

9

5

7

8

2

1

## **ZAJĘCIA EDUKACJI ARTYSTYCZNEJ I KULTUROWEJ**

### **I. Kryteria decydujące o udziale dziecka w zajęciach**

- 1) W zajęciach nie mogą uczestniczyć osoby z rodzin, w których domownicy objęci są kwarantanną lub przebywają w izolacji.
- 2) W zajęciach nie mogą uczestniczyć osoby z objawami chorobowymi (podwyższona temperatura, kaszel, katar, ogólne zmęczenie, objawy alergiczne - kaszel, katar, wysypka).

### **II. Zasady przyprowadzania i odbierania dziecka niepełnoletniego**

- 1) Dziecko niepełnoletnie przyprowadza i odbiera jedna osoba wyznaczona na stałe (zaleca się zredukowanie liczby osób przyprowadzających i odbierających dziecko do minimum – w szczególnych sytuacjach do odbioru dziecka może być upoważniona druga osoba).
- 2) Rodzice/opiekunowie przyprowadzający i odbierający dziecko muszą zachować dystans społeczny w odniesieniu do pracowników MOK oraz innych osób – minimum 2m.
- 3) Osoba przyprowadzająca dziecko wchodzi do budynku głównym wejściem wyłącznie do wyznaczonego obszaru (główny hol). Należy bezwzględnie przestrzegać zasady - jeden rodzic z dzieckiem, przy czym należy rygorystycznie przestrzegać wszelkich środków ostrożności (m.in. rękawiczki jednorazowe lub dezynfekcja rąk).
- 4) Osoba przyprowadzająca i odbierająca dziecko nie może być objęta kwarantanną, przebywać w izolacji lub z występującymi objawami chorobowymi.
- 5) Osoby trzecie powinny przebywać w budynku tylko w uzasadnionych przypadkach, przy zachowaniu wszelkich środków ostrożności - wszystkie osoby przyprowadzające i odbierające dziecko są zobowiązane do noszenia indywidualnych osłon ust i nosa, zaleca się również noszenie jednorazowych rękawiczek.
- 6) Wszystkie osoby przyprowadzające i odbierające dziecko przy wejściu do budynku zobowiązane są do dokładnej dezynfekcji dłoni.

### **III. Zasady obowiązujące podczas prowadzenia zajęć**

- 1) Pracownik MOK po przyjęciu uczestników zajęć do placówki pilnuje, by przebrali się we wskazanym miejscu, a następnie odprowadza ich do sali zajęciowej.
- 2) Pracownik MOK mierzy uczestnikom zajęć temperaturę. W przypadku, gdy istnieje podejrzenie, że uczestnik zajęć nie jest zdrowy, a także, gdy ma temperaturę powyżej 37° pracownik odmawia udziału w zajęciach. Po każdym pomiarze temperatury termometr będzie dezynfekowany zgodnie z instrukcją.
- 3) Przed wejściem do sali uczestnicy zajęć
- 4) udają się do łazienki i myją ręce zgodnie z wytycznymi.
- 5) Uczestnicy zajęć nie mogą przynosić do placówki napojów i jedzenia, w tym żadnych przekąsek.
- 6) Przedmioty znajdujące się w sali mogą być używane przez uczestników tylko pod kontrolą osoby prowadzącej zajęcia.
- 7) Uczestnicy zajęć nie powinni wymieniać się między sobą przedmiotami wykorzystywanymi podczas zajęć.
- 8) Na koniec każdego dnia pracownicy MOK myją i dezynfekują pomieszczenia zajęć i wyposażenie zgodnie z instrukcją.
- 9) Pracownik prowadzący zajęcia prowadzi ewidencję osób uczestniczących w zajęciach (wraz z danymi kontaktowymi), na potrzeby ewentualnych działań służb sanitarnych

### **IV. Ogólne zalecenia sanitarne dotyczące zajęć**

- 1) Jedna grupa uczestników zajęć może liczyć maksymalnie 12 osób + 1 osoba prowadząca.
- 2) Sala zajęciowa powinna być w miarę możliwości raz na godzinę wietrzona. W salach zajęciowych zlokalizowanych w piwnicy, wymianę powietrza w trybie ciągłym zapewnia wentylacja mechaniczna.
- 3) Grupy uczestników różnych zajęć nie powinny stykać się ze sobą.
- 4) Do grupy zajęciowej przyporządkowani będą stali, ci sami opiekunowie.

#### V. **Obowiązki instruktora prowadzącego zajęcia**

- 1) Zapoznaje uczestników zajęć z zasadami bezpieczeństwa, które obecnie obowiązują na terenie placówki i wyjaśnia dlaczego zostały wprowadzone.
- 2) W miarę możliwości prowadzi zajęcia przy otwartych oknach i/lub co najmniej raz na godzinę wietrzy salę.
- 3) Zwraca uwagę, by uczestnicy zajęć regularnie i w odpowiedni sposób myli i dezynfekowali ręce.
- 4) Systematycznie dezynfekuje przedmioty używane podczas zajęć.
- 5) Czuwa nad zachowaniem dystansu między uczestnikami zajęć (minimum 1,5 metra).

### **OGÓLNE ZASADY NA TERENIE PLACÓWKI**

#### VI. **Zasady ogólne dotyczące pracowników Miejskiego Ośrodka Kultury**

- 1) Wszystkich pracowników MOK przy wejściu do placówki obowiązuje każdorazowa dokładna dezynfekcja dłoni.
- 2) Na terenie MOK pracownik nie ma obowiązku zakrywania ust i nosa.
- 3) W sytuacjach, gdy zachodzi konieczność kontaktowej opieki nad uczestnikiem zajęć (pomocy w czynnościach higienicznych, udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej itp.) zaleca się używanie przez pracownika MOK indywidualnych osłon ust i nosa, jednorazowych rękawiczek oraz dezynfekcję rąk przed przystąpieniem do takich czynności, jak i po ich wykonaniu.
- 4) Pracownicy powinni regularnie często i dokładnie myć ręce wodą z mydłem, zgodnie z instrukcją znajdującą się przy umywalce, i dezynfekować osuszone dłonie środkiem dezynfekującym.
- 5) Pracownicy przebywający w jednym pomieszczeniu, powinni zachować między sobą dystans społeczny wynoszący minimum 1,5m.
- 6) Dla osób prowadzących zajęcia zaleca się codzienne samokontrolne pomiary temperatury ciała i obserwowanie stanu zdrowia.
- 7) Pracownicy MOK, którzy zauważą u siebie objawy chorobowe, wystąpi u nich złe samopoczucie lub podwyższona temperatura ciała nie mogą pojawić się w pracy.

#### VII. **Zasady sanitarne obowiązujące w placówce**

- 1) Przy wejściu do budynku będzie znajdował się płyn do dezynfekcji rąk, z którego korzystania zobligowana jest każdorazowo każda osoba wchodząca.
- 2) Codziennie monitorowane będą prace porządkowe, ze szczególnym uwzględnieniem utrzymywania w czystości ciągów komunikacyjnych, dezynfekcji powierzchni dotykowych - poręczy, klamek i powierzchni płaskich, w tym blatów, klawiatur, włączników itp.
- 3) Z pomieszczenia socjalnego może korzystać jednocześnie maksymalnie 2 osoby. W celu realizacji powyższego, posiłki należy w miarę możliwości spożywać w pomieszczeniach biurowych.
- 4) W trakcie przeprowadzania dezynfekcji obowiązuje ścisłe przestrzeganie zaleceń producenta znajdujących się na opakowaniu środka do dezynfekcji.

- 5) Konieczne jest ścisłe przestrzeganie czasu niezbędnego do wywietrzenia dezynfekowanych pomieszczeń i przedmiotów tak, aby osoby nie były narażone na wdychanie oparów środków służących do dezynfekcji.

-ograniczenie możliwości korzystania z szatni np. co drugi wieszak lub czasowe zniesienie takiej możliwości

- ograniczenie liczby osób przebywających w toaletach- rekomenduje się aby liczba ta jednorazowo była o połowę mniejsza od liczby ubikacji

- dopilnowanie aby odbiorcy dezynfekowali dłonie przy wejściu, zakładali rękawice ochronne oraz posiadali ochronę zakrywającą usta i nos

#### Zapewnienie bezpieczeństwa pracownikom i współpracownikom:

-Poinformowanie pracowników, obsługi, a także klientów o zakazie przebywania w obiekcie osób z niepokojącymi objawami choroby zakaźnej, po kontakcie z osobą chorą, zakażoną, izolowaną lub poddaną kwarantannie; w powyższe sytuacji zalecane jest pozostanie w domu, skorzystanie z teleporady medycznej, a w razie pogarszania się stanu zdrowia - wezwaniu pogotowia ratunkowego-

- Zapewnienie służbom porządkowym oraz pracownikom mającym kontakt z odbiorcami dostępu do środków ochrony indywidualnej (maseczki ochronne, rękawice jednorazowe) i preparatów do dezynfekcji rąk

- Serwis, przegląd i odkażanie sprzętu wentylacyjno-klimatyzacyjnego (o ile przepisy sanitarne pozwolą na jego stosowanie) oraz wdrożenie częstszych

i dłuższych przerw celem wietrzenia mechanicznego i grawitacyjnego sal. Rozważenie możliwości funkcjonowania bez korzystania z urządzeń wentylacyjno-klimatyzacyjnych w sytuacji, gdy nie będzie to możliwe ze względów sanitarnych

#### Ograniczenie korzystania przez pracowników i współpracowników z przestrzeni wspólnych, w tym:

- wprowadzenie różnych godzin przerw,
- zmniejszenie liczby pracowników korzystających ze wspólnych obszarów w danym czasie (np. przez rozłożenie przerw na posiłki)

- Otoczenie szczególną troską pracowników z grup bardziej narażonych na ryzyko epidemiczne – jeśli to możliwe nieangażowanie w bezpośredni kontakt z odbiorcą osób powyżej 60 roku życia oraz przewlekle chorych

### **VIII. Zasady obowiązujące w przypadku podejrzenia zakażenia koronawirusem u pracownika MOK/ uczestnika zajęć/ klienta**

- 1) W przypadkach wystąpienia objawów chorobowych, podwyższonej temperatury ciała u uczestnika zajęć, należy go odizolować w odrębnym, wyznaczonym do tego pomieszczeniu wyposażonym m.in. w środki ochrony osobistej i płyn dezynfekujący (pomieszczenie Galerii – I piętro) a także zgłosić zaistniałą sytuację Dyrektorowi MOK, który powiadomi najbliższą stację sanitarno-epidemiologiczną. W przypadku dziecka niepełnoletniego należy niezwłocznie poprosić opiekunów, by odebrali dziecko.
- 2) W przypadkach wystąpienia objawów chorobowych i podwyższonej temperatury ciała u pracownika MOK (instruktora zajęć, pracownika obsługi, administracji) należy taką osobę odizolować w odrębnym, wyznaczonym do tego pomieszczeniu (pomieszczenie Galerii – I piętro), zgłosić zaistniały fakt dyrekcji, która powiadomi najbliższą stację sanitarno-epidemiologiczną i podejmie stosowne działania według obowiązujących procedur.
- 3) Kierownik administracyjny MOK ustali obszar w obrębie placówki, w którym poruszała się i przebywała osoba z niepokojącymi objawami, przeprowadzenie rutynowego sprzątnięcia, zgodnie z procedurami oraz zdezynfekowanie powierzchni dotykowych (klamki, poręcze, uchwyty itp.).
- 4) W każdym przypadku podejrzenia zakażenia korona wirusem należy stosować się do zaleceń Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego przy ustaleniu, czy należy wdrożyć dodatkowe procedury.

**-zaleca się ustalenie listy pracowników oraz klientów o ile to możliwe przebywających w tym samym czasie i w tej samej części/częściach obiektu co osoba podejrzewano zakażenie, ponieważ może to być bardzo pomocne w działaniach służb sanitarnych**

#### **IX. Zasady korzystania z łazienki i toalety**

- 1) Podczas korzystania z toalety należy unikać dotykania zbędnych powierzchni w kabinie toalety.
- 2) Podczas korzystania z toalety w pomieszczeniu powinna znajdować się jedna osoba.
- 3) Po skorzystaniu z toalety należy dokładnie umyć ręce wodą z mydłem według zalecanych instrukcji wywieszonych w widocznym miejscu przy urządzeniach sanitarnych.
- 4) Personel obsługi MOK odpowiada za bieżące utrzymanie czystości i dezynfekcję toalet, przycisków spłuczek, umywalek, baterii łazienkowych, klamek, włączników światła.

#### **X. Zasady korzystania z ciągów komunikacyjnych (korytarz, klatka schodowa)**

- 1) Przemierzając się po korytarzach oraz klatce schodowej zaleca się unikać dotykania poręczy, uchwytów, ścian, włączników światła, itp. (dotyczy wszystkich osób przebywających na terenie MOK).
- 2) Przebywając w tych miejscach należy zachowywać zalecany dystans społeczny.
- 3) Grupy zajęciowe powinny zachować odstęp czasowy przemierzając się korytarzem i klatką schodową do wskazanych miejsc.
- 4) Personel obsługi powinien na bieżąco dbać o utrzymanie w czystości ciągów komunikacyjnych, na bieżąco dezynfekować powierzchnie dotykowe (poręcze, klamki, włączniki światła, uchwyty itp.) oraz powierzchnie płaskie (podłogi, blaty itp.).

#### **XI. Obowiązki dyrektora Miejskiego Ośrodka Kultury w Przeworsku**

- 1) Ustala i dostosowuje procedury organizacji zajęć do wymogów zwiększonego reżimu sanitarnego w warunkach pandemii koronawirusa i choroby COVID-19.
- 2) Odpowiada za organizację pracy MOK, monitoruje prace porządkowe wykonywane przez pracowników w okresie występowania pandemii koronawirusa COVID-19.
- 3) Dbą o zachowanie wszelkich środków ostrożności na terenie placówki.
- 4) Zapewnia środki ochrony osobistej, w tym rękawiczki, maseczki ochronne, ewentualnie przyłbice oraz płyny dezynfekujące pracownikom szczególnie narażonym na zakażenie koronawirusem (pracownicy obsługi kina, zajęć grupowych, sprzątaczk).
- 5) Zapewnia płyn do dezynfekcji rąk przy wejściu do budynku z informacją o obowiązkowej dezynfekcji rąk przez osoby dorosłe wchodzące do placówki.
- 6) Umieszcza w widocznym miejscu instrukcje z zasadami prawidłowego mycia rąk, zakładania i ściągania rękawiczek i maski oraz instrukcji do dezynfekcji rąk przy dozownikach z płynem dezynfekcyjnym.
- 7) Przekazuje informacje o czynnikach ryzyka COVID-19 oraz procedurach bezpieczeństwa poprzez stronę internetową.
- 8) Zapewnia pomieszczenie służące do izolacji osób podejrzanych o zakażenie COVID-19 (pomieszczenie Galerii – I piętro) wyposażone w zestaw ochronny: przyłbica, fartuch ochronny, maseczki.
- 9) Zapewnia codzienną dezynfekcję przedmiotów wykorzystywanych podczas zajęć artystycznych i kulturowych.
- 10) Jest odpowiedzialny za usunięcie przedmiotów i sprzętu, których nie można skutecznie uprać lub dezynfekować (np. wykładziny dywanowe, itp.).
- 11) Odpowiada za znajomość i stosowanie przez pracowników procedur postępowania na wypadek podejrzenia zakażenia COVID-19.

- 12) Prowadzi spotkania z pracownikami i zwraca ich uwagę, aby kładli szczególny nacisk na profilaktykę zdrowotną, również dotyczącą ich samych.
- 13) Umieszcza na tablicach informacyjnych numery telefonów do:
  - organu nadrzędnego: tel. 16-648-78-44,
  - powiatowej stacji sanitarno-epidemiologicznej: tel. 16-648-79-01,
  - służb medycznych: tel. alarmowy 999 lub 112.
- 14) Zobowiązuje pracowników do zachowania zasad szczególnej ostrożności podczas korzystania z płynów dezynfekujących do czyszczenia powierzchni i sprzętów.
- 15) Zapewnia termometry bezdotykowe do użytku w pracowniach zajęciowych.
- 16) Instruuje pracowników, że w przypadku wystąpienia u nich niepokojących objawów chorobowych nie powinni przychodzić do pracy. Powinni pozostać w domu i skontaktować się telefonicznie ze stacją sanitarno - epidemiologiczną, oddziałem zakaźnym, a w razie pogorszenia stanu zdrowia zadzwonić pod numer 999 lub 112 i poinformować, że mogą być zarażeni koronawirusem.
- 17) Instruuje pracowników, że w przypadku wystąpienia u pracownika niepokojących objawów chorobowych na terenie MOK, dyrektor natychmiast odsunie pracownika od pracy i powiadomi właściwą miejscowo stację sanitarno - epidemiologiczną, służby medyczne. Wstrzymuje też przyjmowanie do placówki kolejnych osób. Obszar, w którym poruszał się pracownik, zostanie poddany gruntownemu sprzątnięciu oraz dezynfekcji zgodnie z procedurami.
- 18) Zaleca pracownikom stosowanie się do zaleceń Głównego Inspektora Sanitarnego.
- 19) Pracodawca zapewnia serwis, przegląd i odkażanie sprzętu wentylacyjno-klimatyzacyjnego w celu zwalczania występujących tam drobnoustrojów chorobotwórczych oraz mikroorganizmów.

## **XII. Pomieszczenie do odizolowania osoby**

- 1) W Miejskim Ośrodku Kultury funkcjonuje pomieszczenie przeznaczone do odizolowania osoby, u której podejrzewa się wystąpienie objawów chorobowych COVID-19 (pomieszczenie Galerii – I piętro). Pomieszczenie jest wyposażone w środki ochrony osobistej oraz płyn dezynfekujący.
- 2) Po każdym użyciu pomieszczenia, powinno zostać zdezynfekowane przez obsługę MOK przy zastosowaniu wszelkich środków ochrony osobistej.

## **XIII. Sposób prezentacji procedury**

- 1) Umieszczenie treści dokumentu na stronie internetowej: <http://mok.przeworsk.um.gov.pl/>.
- 2) Udostępnienie dokumentu na tablicach ogłoszeń na terenie budynku.
- 3) Zapoznanie wszystkich pracowników MOK z treścią procedury.

## **XIV. Tryb dokonywania zmian w procedurze**

- 1) Wszelkich zmian w opracowanych procedurach może dokonać z własnej inicjatywy Dyrektor Miejskiego Ośrodka Kultury.
- 2) Wnioskodawcą zmian może być pracownik ds. BHP lub pracownik MOK.
- 3) Proponowane zmiany nie mogą być sprzeczne z prawem.

**REJESTRY ORAZ INSTRUKCJE**  
**Obowiązujące w Miejskim Ośrodku Kultury**  
**w Przeworsku**







pieczęć zakładu

## Rejestr mycia i dezynfekcji blatów stołów, krzeseł

<b>Data</b>	<b>Godzina</b>	<b>Uwagi</b> (wpisać: dezynfekcja lub mycie)	<b>Czytelny podpis wykonującego</b>

pieczęć zakładu

### **Rejestr mycia i dezynfekcji klamek, poręczy i wyłączników**

<b>Data</b>	<b>Godzina</b>	<b>Uwagi</b> (wpisać: dezynfekcja lub mycie)	<b>Czytelny podpis wykonującego</b>




pieczęć zakładu

### Rejestr mycia i dezynfekcji ciągów komunikacyjnych

Data	Godzina	Uwagi	Czytelny podpis wykonującego


## **INSTRUKCJA NAKŁADANIA I ZDEJMOWANIA RĘKAWICZEK**



# 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



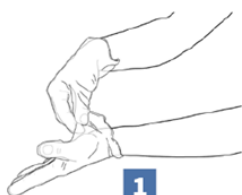
4

Drugą rękawicę wymij gołą dłonią



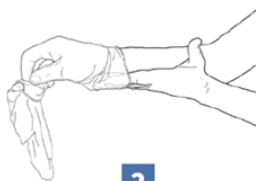
5

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 włoż 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

# INSTRUKCJA DEZYNFEKCJI RĄK

## 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

  
Ministerstwo Zdrowia





## 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** **Abym zdjąć maskę - chwyc ją od tyłu za wiązanie (nie dotykaj przodu maski!)**
- 

**6** **Wyrzuć maseczkę do zamkniętego pojemnika; umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu**



**Nie wrzucaj maseczki do toalety!**



Ministerstwo Zdrowia

# Jak skutecznie myć ręce?



**1** Zwilż ręce ciepłą wodą. Natóż 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.



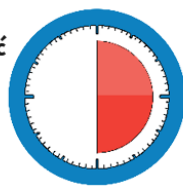
**5** Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



**6** Namydl obydwie nadgarstki.



**7** Sptucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszusz je starannie.



**Całkowity czas:**  
30 sekund

**Nie zapomnij umyć tych obszarów:**



# INSTRUKCJA MYCIA I DEZYNFEKЦИИ PRZEDMIOTÓW/ NARZĘDZI WYKORZYSTYWANYCH PODCZAS ZAJĘĆ

## UWAGA!!!

Narzędzia elektryczne przed dezynfekcją należy wyłączyć z zasilania

- 1) Mycie i dezynfekcję przedmiotów/narzędzi należy przeprowadzać codziennie po opuszczeniu placówki przez uczestników zajęć.
- 2) Wszystkie przedmioty należy czyścić w dwóch etapach:

### Etap 1 – Mycie.

- Każdy przedmiot/narzędzie należy dokładnie wyczyścić – powierzchnię należy przemyć ciepłą wodą z dodatkiem detergentu. Pozwala to usunąć brud i tłuszcz oraz bakterie. Po umyciu przedmiotu należy dokładnie wypłukać gąbkę.
- Należy zwracać uwagę na trudno dostępne miejsca – za pomocą małej szczoteczki należy także wyczyścić rowki, zagłębienia oraz chropowate powierzchnie.
- **Narzędzia elektryczne** – nie mogą być czyszczone z użyciem dużej ilości wody. Ich mycie polega na dokładnym przetraniu gąbką nasączoną wodą z szarym mydłem. Następnie narzędzia należy dokładnie wytrzeć ściereczką nasączoną środkiem dezynfekującym.
- **Instrumenty muzyczne** – instrumenty myjemy za pomocą wody z dodatkiem szarego mydła. Możemy także zanurzyć instrumenty we wrzątku. Następnie dezynfekujemy przedmioty nasączoną ściereczką ze środkiem dezynfekującym. Instrumenty muzyczne z ustnikami należy dezynfekować po każdym użyciu.

### Etap 2 – Dezynfekcja

- Przedmioty (narzędzia) powinny być dezynfekowane:
  - zarejestrowanym środkiem dezynfekującym,
  - środkiem utleniającym w rozcieńczeniu 1:100,
  - dezynfekującą chusteczką nasączoną 70% alkoholem bądź nawilżoną płynem do dezynfekcji ściereczką.
- Środków dezynfekujących należy używać zgodnie z zaleceniami producenta — skrócenie czasu dezynfekcji nie zapewni skuteczności całego procesu, natomiast jego wydłużenie może mieć szkodliwy wpływ na przedmiot.

## JAKIE PREPARATY DO CZYSZCZENIA I DEZYNFEKЦИИ WYBRAĆ

Do mycia i czyszczenia w pierwszym etapie wystarczy ciepła woda z detergentem.

Natomiast drugi etap — dezynfekcja, wymaga większej uwagi. Zaleca kierowanie się następującymi wskazówkami:

- preparat powinien być bezwonny,
- preparat nie może podrażniać skóry,
- preparat nie powinien wymagać spłukiwania,
- preparat nie może niszczyć dezynfekowanej powierzchni,

**PROCEDURY HIGIENICZNE ZWIĄZANE ZE STOSOWANIEM ŚRODKÓW  
DO CZYSZCZENIA I DEZYNFEKCI**

- 1) Pracownik odpowiedzialny za utrzymanie czystości stosuje się do zasad określonych w procedurach higienicznych.
- 2) W każdym pomieszczeniu do sprzątania i czyszczenia należy używać specjalnie wydzielonych ściereczek, gąbek, mopów itp.
- 3) Środków należy używać zgodnie z przeznaczeniem i zaleceniami producenta ze szczególną dbałością o czystość roztworu (nadmierne rozcieńczenie preparatu niweluje jego skuteczność).
- 4) Pracownik zakłada rękawiczki oraz maseczkę lub przyłbicę.
- 5) Podczas pracy oraz po jej zakończeniu pracownik unika kontaktu dłoni z twarzą, ustami, nosem itp.
- 6) Po zakończeniu mycia i dezynfekcji pracownik zgodnie z instrukcją zdejmuje rękawiczki oraz maseczkę i wyrzuca do odpowiednio oznaczonego pojemnika. Następnie myje i dezynfekuje ręce zgodnie z instrukcją. Nie dotyka rękoma kosza na zużyte rękawiczki, śmieci.

## **INSTRUKCJA DEZYNFEKCJI POWIERZCHNI PŁASKICH I CIĄGÓW KOMUNIKACYJNYCH W BUDYNKU**

- 1) Pracownicy MOK zobowiązani są do dezynfekcji rąk płynem do dezynfekcji przed każdorazowym wejściem do budynku i wielokrotnie w ciągu dnia pracy.
- 2) Pracownicy zobowiązani są do regularnego mycia rąk wodą z mydłem oraz ich dezynfekcji również po wykonaniu czynności związanych z myciem i dezynfekcją powierzchni.
- 3) Podczas mycia i dezynfekcji pomieszczeń pracownicy zobowiązani są używać środków ochrony osobistej, w tym rękawiczek, maseczek ochronnych.
- 4) Instruktor zajęć artystycznych, kulturowych myje i dezynfekuje salę co najmniej dwa razy dziennie, w czasie gdy w pomieszczeniach nie przebywają osoby.
- 5) Sprzątaczką zobowiązana jest sprzątać ciągi komunikacyjne i powierzchnie płaskie oraz dezynfekować powierzchnie dotykowe takie jak: poręcze, klamki, włączniki światła, uchwyty, poręcze krzeseł – kilka razy dziennie.
- 6) Pracownik przystępujący do mycia i dezynfekcji powierzchni zakłada środki ochrony osobistej.
- 7) Myje powierzchnie sal, przedmiotów, powierzchni płaskich ciepłą wodą z detergentem.
- 8) Dezynfekuje umyte i wysuszone powierzchnie środkiem dezynfekującym poprzez spryskanie.
- 9) Dokładnie wypłukuje mop, pierze ściereczki i suszy je w pomieszczeniu na to wydzielonym.
- 10) Podczas pracy oraz po jej zakończeniu pracownik unika kontaktu dłoni z twarzą, ustami, nosem itp.
- 11) Po zakończeniu mycia i dezynfekcji pracownik zgodnie z instrukcją zdejmuje rękawiczki oraz maseczkę i wyrzuca do odpowiednio oznaczonego pojemnika. Następnie myje i dezynfekuje ręce zgodnie z instrukcją. Nie dotyka rękoma kosza na zużyte rękawiczki, śmieci.

# INSTRUKCJA MYCIA I DEZYNFEKCJI BLATÓW STOŁÓW I KRZESEŁ

## Mycie blatów stołów i krzesel

- 1) Pracownik nakłada rękawiczki.
- 2) Przygotowuje ciepłą wodę z płynem do mycia oraz ścierkę.
- 3) Zmywa blat stolików i krzeselka.
- 4) Pozostawia do wyschnięcia.
- 5) Wodę z detergentem wylewa, płucze wiaderko i odkłada w wyznaczone miejsce.
- 6) Ścierkę płucze i odkłada w wyznaczone miejsce do wyschnięcia.

### Uwaga!

#### Etap mycia pomijany w przypadku krzesel sali kinowej

## Dezynfekcja blatów stołów i krzesel

- 1) Pracownik spryskuje blaty stołów, siedziska i oparcia krzesła oraz poręcze jeśli występują środkiem do dezynfekcji, a następnie wyciera ręcznikiem papierowym do sucha (z wyjątkiem krzesel na sali kinowej).
- 2) Pracownik w prawidłowy sposób (Zgodny z instrukcją) zdejmuje rękawiczki.
- 3) Myje dłonie pod bieżącą ciepłą wodą z mydłem przez min. 30 sekund. Dokładnie osusza ręce, ręcznikiem papierowym.
- 4) Z dozownika pobiera płyn do dezynfekcji rąk. Wciera płyn do momentu wyschnięcia skóry dłoni.

### UWAGA:

- 1) Podczas pracy oraz po jej zakończeniu unikaj kontaktu dłoni z twarzą, ustami, nosem itp.
- 2) Nie należy dotykać rękoma kosza na zużyte chusteczki.