Załącznik nr 1
do Zarządzenia Starosty Sępoleńskiego
Nr 13/2020 z dnia 15 maja 2020 r.

Instrukcja bezpieczeństwa
w kontaktach z klientami, którzy korzystają z usług Starostwa Powiatowego

Choroba COVID-2019 jest powodowana przez wirus SARS-CoV-2, który jest spokrewniony z wirusem SARS. Objawy zakażenia koronawirusem przypominają te w przypadku grypy i obejmują: gorączkę, kaszel oraz trudności z oddychaniem. Ponadto u zakażonych pojawiały się również bóle mięśni, bóle głowy, ból gardła, krwioplucie, a czasem biegunka. Objawy te zwykle pojawiały się między 2 a 14 dniem po zakażeniu. Do zachorowania w powodu koronawirusa COVID-19 niezbędne jest zakażenie, czyli:

- kontakt bezpośredni z osobą chorą (np. przy udzielaniu pomocy medycznej, w pracy, przebywanie w tym samym pomieszczeniu, wspólne podróżowanie lub mieszkanie razem),
- podróżowanie do regionu, w którym wybuchła epidemia w ciągu 14 dni przed pojawieniem się objawów.

Należy wiec zachować szczególną ostrożność w kontaktach z innymi osobami.

1. Wprowadza się obowiązek zachowania bezpiecznej odległości od rozmówcy (1,5-2,0 m).
2. Każdorazowo obsługa interesantów powinna odbywać się przy użyciu środków ochrony indywidualnych maseczek i rękawic zarówno pracowników jak i Klientów.
3. Dokumenty dostarczane przez Klientów powinny być zawsze przeglądane przy użyciu rękawic ochronnych.
4. Należy stosować zasady ochrony podczas kichania i kaszlu -należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzuć chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce używając mydła i wody lub zdezynfekować je środkami na bazie alkoholu (min. 60 %). Osoba, która kicha bądź kaszle powinna zostać poinstruowana przez pracownika, aby robiła to w zgięcie łokciowe lub chusteczkę higieniczną, która powinna być od razu wyrzucona do pojemnika na odpady.
5. W miarę możliwości stanowisko obsługi powinno zostać zdezynfekowane (umycie wodą z detergentem powierzchni, dezynfekcja klamek, opróżnienie pojemnika na odpady).
6. Podczas pracy należy unikać dotykania oczu, nosa i ust.
7. Pracownik, który odczuwa dolegliwości, które mogłyby wskazywać na zarażenie bezzwłocznie informują o tym przełożonego.

STAROSTA SĘPOLEŃSKI

Jarosław Tadych

Załącznik nr 2
do Zarządzenia Starosty Sępoleńskiego
Nr 13./2020 z dnia 15 maja 2020 r.

Instrukcja bezpiecznego zdejmowani rękawiczek jednorazowych

Należy pamiętać o tym, że rękawiczki jednorazowe nie stanowią skutecznej ochrony, jeśli nie potrafimy ich bezpiecznie zdjąć. Nieprawidłowy sposób zdejmowania może sprawić, że zakazimy się tym, co na nich zbierzemy podczas dotykania uchwytów, klamek, półek i czy przy wykonywaniu różnych rodzajów prac.

1. Chwyć palcami za brzeg pierwszej rękawiczki przy nadgarstku (od zewnętrznej strony, bez dotykania skóry).
2. Wywrócić rękawiczkę wewnętrzną jej stroną na wierzch i ściągnij ją, ale tylko do połowy palców. W taki sam sposób zdejmij drugą rękawiczkę. Ważne jest to, że pod koniec ściągania drugiej rękawiczki pierwsza rękawiczka powinna zostać zwinięta w taki sposób, aby znalazła się wewnątrz drugiej.
3. Zdjęte rękawiczki natychmiast wyrzuć do zamkniętego kosza na śmieci, a następnie dokładnie myjemy ręce wodą i mydłem lub detergentem, który zawiera minimum 60-procentowy alkohol.

STAROSTA SĘPOLEŃSKI
Jarosław Tadych

Załącznik nr 3
do Zarządzenia Starosty Sępoleńskiego
Nr 13/2020 z dnia 15 maja 2020 r.

Instrukcja bezpiecznego użytkowania maseczek ochronnych

1. Przed założeniem maski ochronnej umyj dokładnie ręce środkiem na bazie alkoholu lub wodą z mydłem.
2. Rozciągnij sznureczki (gumki) maski palcem wskazującym i kciukiem lewej i prawej ręki.
3. Załóż sznurki za uszy i popraw maseczkę, tak aby starannie zakrywała usta i nos, a szczeliny między twarzą a maską ochronną były jak najmniejsze.
4. Podczas pracy w maseczce unikaj jej dotykania. Jeśli przypadkiem dotkniesz maskę, umyj dokładnie ręce środkiem na bazie alkoholu lub wodą z mydłem.
5. W przypadku zakończenia pracy lub w sytuacji, gdy poczujesz, że maseczka stała się wilgotna, zdejmij ją i wyrzucić do zamykanego kosza na śmieci. Nigdy nie używaj ponownie maski ochronnej jednorazowego użytku.
6. Podczas zdejmowania maseczki chwyć ją od tyłu za wiązanie i zdejmij ją z uszu starając się nie dotykać jej części filtrującej.
7. Po użyciu maseczki należy dokładnie umyć ręce środkiem na bazie alkoholu lub wodą z mydłem.

STAROSTA SĘPOLEŃSKI

Jarosław Tadych

Załącznik nr 4
do Zarządzenia Starosty Sępoleńskiego
Nr 13./2020 z dnia 15 maja 2020 r.

Instrukcja poprawnego mycia rąk

Czas trwania mycia rak powinien wynosić od 40 do 60 sekund:

1) zmocz dłonie wodą;
2) pobierz preparat do mycia rąk;
3) pocieraj wewnętrzną stroną lewej dłoni o wewnętrzną stronę prawej dłoni i odwrotnie;
4) pocieraj wewnętrzną częścią prawej dłoni o grzbietową część lewej dłoni i odwrotnie;
5) pocieraj wewnętrznymi częściami dłoni z przeplecionymi palcami;
6) pocieraj górną część palców prawej dłoni o wewnętrzną część lewej dłoni i odwrotnie;
7) ruchem obrotowym pocieraj kciuk prawej dłoni i wewnętrzną częścią lewej dłoni i odwrotnie;
8) ruchem okrężnym opuszkami palców lewej dłoni pocieraj wewnętrzne zagłębienie prawej dłoni i odwrotnie;
9) namydl obydwa nadgarstki;
10) opłucz ręce wodą.
11) osusz ręce.

Ministerstwo Zdrowia

STAROSTA SĘPOLEŃSKI
Jarosław Tadych

Załącznik nr 5
do Zarządzenia Starosty Sępoleńskiego
Nr 13/2020 z dnia 15 maja 2020 r.

Rejestr pracowników Starostwa Powiatowego zapoznanych z Zarządzeniem Starosty Sępoleńskiego Nr 13/2020

Lp.	Imię i nazwisko	Data	Podpis pracownika

STAROSTA SĘPOLEŃSKI

Jarosław Tadych