

**KLAIPĖDOS MAKSIMO GORKIO PROGIMNAZIJS COVID-19 LIGOS
(KORONAVIRUSO INFEKCIJOS) VALDYMO PRIEMONIŲ PLANAS
ORGANIZUOJANT UGDYMO PROCESĄ**

**I SKYRIUS
BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Vadovaujantis Klaipėdos Maksimo Gorkio progimnazijos (toliau – Progimnazija) Covid-19 ligos (koronaviruso infekcijos) valdymo priemonių planu (toliau – planas), ugdymo procesas Progimnazijoje organizuojamas atsižvelgiant į epidemiologinę situaciją ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos patvirtintus reikalavimus.

2. Organizuojant ugdymo procesą laikomasi grupių, klasių atskyrimo principo (maksimaliai ribojamas skirtingose grupėse, klasėse esančių mokinių kontaktas tiek pamokų metu, tiek pertraukų metu, tiek po pamokų):

2.1. pradinio ugdymo programoje srautas sudaromas iš tos pačios klasių grupės, programos mokinių (1-ą klasių, 2-ą klasių, 3-4-ą klasių);

2.2. pagrindinio ugdymo programoje srautas, suderinus su Progimnazijos taryba, sudaromas laikantis tokio principo:

5-6 klasių srautas – iki 200 mokinių;

7-8 klasių srautas – iki 200 mokinių.

3. Kiekvienai mokinių grupei/ klasei (toliau – klasė) paskirta konkreti patalpa, t. y. klasė, kurioje vyksta pamokos. Skiriant mokinių klasėms patalpas, kiek leidžia galimybės užtikrinama, kad šalia esančiose patalpose mokytojai bendraamžiai, vengiama skirtingo amžiaus mokinių kontaktų:

3.1. 1-4 klasių mokiniai mokosi pirmame, antrame, trečiame aukštuose (korpusas B) ir pirmame aukšte (korpusas A);

3.2. 5-6 klasių mokiniai mokos trečiame aukšte (korpusas A);

3.3. 7-8 klasių mokiniai mokosi antrame aukšte (korpusas A).

4. Asmenys, atlydintys mokinius, į Progimnazijos patalpas neįleidžiami. Išimtis iki rugsėjo 10 d. taikoma 1 kl. mokinių lydinčiam asmeniui ir priešmokyklinės grupės vaikų lydinčiam asmeniui.

5. Tėvai (globėjai, rūpintojai) mokinius palydi/pasitinka iki/prie Progimnazijos pastato durų:

5.1. jei yra būtinybė susitikti su administracija, specialistais ar pedagogais, tėvai (globėjai, rūpintojai) susitikimo datą, laiką suderina su asmeniu, su kuriuo nori susitikti. Progimnazijos darbuotojas asmeniškai apie numatomą vizitą informuoja Progimnazijos budėtoją;

5.2. jeigu administracijai, specialistams ar pedagogams reikalingas susitikimas su tėvais (globėjais, rūpintojais), apie tai tėvai informuojami MANO dienyne/ el. paštu/ telefonu, suderinami vizito data ir laikas ir apie tai informuojamas Progimnazijos budėtojas.

6. Kad visi vyresni nei 6 metų asmenys švietimo įstaigoje uždaroje patalpose dėvėtų nosį ir burną dengiančias apsaugos priemones (veido kaukes, respiratorius ar kitas priemones), kurios priglundą prie veido ir visiškai dengia nosį ir burną (toliau – kaukės). Kaukių leidžiama nedėvėti vaikams, ugdomiems pagal pradinio ugdymo programą, jiems esant ugdymo įstaigoje, kitiems asmenims sportuojant, veiklų, kurių negalima atlikti būnant su kauke, vykdymo metu. Taip pat neįgalumą turintiems asmenims, kurie dėl savo sveikatos būklės kaukių dėvėti negali ar jų

dėvėjimas gali pakenkti asmens sveikatos būklei (šiems asmenims rekomenduojama nešioti veido skydelį).

7. Kaukėmis apsirūpina patys darbuotojai, pedagogai. Kaukių leidžiama nedėvėti neįgalumą turintiems asmenims, kurie dėl savo sveikatos būklės kaukių dėvėti negali ar jų dėvėjimas gali pakenkti asmens sveikatos būklei. Kai pedagogas ar kitas Progimnazijos darbuotojas negali dėvėti kaukės dėl savo sveikatos būklės ar vykdomos veiklos specifikos, atsižvelgiant į profesinės rizikos vertinimo išvadą gali būti parenkamos kitos asmeninės apsaugos priemonės.

8. Maksimaliai ribojamas skirtingose klasėse ugdomų mokinių kontaktas tiek pamokų metu, tiek po pamokų: vienos klasės (grupės, srauto) mokiniams ugdymo veiklos visą dieną organizuojamos toje pačioje mokymo patalpoje (skirtingi mokytojai atvyksta į klasei paskirtą patalpą, o ne mokiniai vyksta pas mokytoją). Išimtis taikoma pamokoms, vykstančioms:

8.1. aktų salėje (teatras, šokis), sporto salėje (fizinis ugdymas), mokytojai prieš pamokos pradžią atsiveda mokinius, po pamokos palydi atgal į mokinių klasei skirtą kabinetą;

8.2. lietuvių kalbos ir literatūros, užsienio kalbos (anglų), tikybos pamokoms mokytojai pusę grupės nusiveda į atitinkamo dalyko kabinetą (po pamokos palydi į klasę), kitas mokytojas pamoką veda paskirtoje mokiniams patalpoje;

8.3. informacinių technologijų ir technologijų mokytojai prieš pamokos pradžią atsiveda mokinius į specializuotą šioms pamokoms skirtą kabinetą, po pamokos palydi atgal į mokinių klasei skirtą kabinetą.

9. 1a b c klasių mokiniai į Progimnaziją įeina ir po pamokų išeina pro šonines duris iš centrinės aikštės (D), 2 klasių mokiniai – pro vidinio kiemo duris (B), 1d t, 4c, 5 ir 6 klasių mokiniai – pro šonines duris iš S. Daukanto g. (C), 3 ir 4 a b t klasių mokiniai – pro šonines duris iš S. Daukanto g. (D), 7 ir 8 klasių mokiniai – pro centrinės duris (A).

10. Rūbinėje rengiasi 1 t d klasių mokiniai, kitų klasių mokinių viršutiniams rūbams įrengiamos laikinos rūbų kabyklos.

11. Maksimaliai išnaudojamos galimybės pamokas/užsiėmimus, grupines veiklas organizuoti lauke.

12. Patalpos, kuriose organizuojamas mokinių ugdymas turi būti išvėdinamos prieš atvykstant mokiniams ir kiekvienos pertraukos metu. Dažnai liečiami paviršiai (durų rankenos, durų rėmai, stalų paviršiai, kėdžių atramos, laiptinės turėklai, elektros jungikliai ir kt.) valomi paviršiams valyti skirtu valikliu ne rečiau kaip 2 kartus per dieną. Jei organizuojant veiklą naudojamos bendros patalpos (specializuoti kabinetai, salės ir pan.), po kiekvienos pamokos jos turi būti išvėdinamos ir išvalomos. Jei mokymo priemone, inventoriumi naudojasi daugiau kaip vienas mokinys, jos turi būti išvalomos ir dezinfekuojamos po kiekvieno panaudojimo. Dalijimasis ugdymo priemonėmis turi būti ribojamas. Kitas aplinkos valymas švietimo įstaigoje turi būti atliekamas atsižvelgiant į Sveikatos apsaugos ministerijos parengtas rekomendacijas patalpų valymui COVID-19 pandemijos metu (<https://bit.ly/3hGFqV4>).

13. Mokymo priemonės, inventorius mokytojo dezinfekuojami po kiekvieno panaudojimo. Ribojamas dalijimasis ugdymo priemonėmis.

14. Švietimo pagalbos specialistų konsultacijos turi būti teikiamos individualiai ar vienu metu dirbama tik su tos pačios klasės (grupės, srauto) mokiniais. Po kiekvienos konsultacijos patalpos turi būti išvėdinamos ir nuvalomi dažnai liečiami paviršiai, naudotos priemonės.

15. Mokiniams, jų tėvams (globėjams, rūpintojams), darbuotojams prie įėjimų į Progimnaziją bei Progimnazijos koridoriuose, valgykloje, tualetuose, persirengimo kambariuose skelbiama informacija (1 priedas):

15.1. apie asmens higienos laikymosi būtinybę (rankų higieną, kosėjimo, čiaudėjimo etiketą ir kt.);

15.2. apie nustatytus reikalavimus dėvėti nosies- burnos apsaugines priemones;

15.3. draudžiamą į Progimnaziją atvykti asmenims (mokiniams, darbuotojams, tėvams (globėjams, rūpintojams), tretiesiems asmenims), kuriems pasireiškia karščiavimas (37,3 °C ir

daugiau), ar kurie turi ūmių viršutinių kvėpavimo takų ligų, kitų užkrečiamųjų ligų požymių (pvz., sloga, kosulys, pasunkėjęs kvėpavimas ir pan.).

16. Progimnazijoje leidžiama dirbti darbuotojams, neturintiems ūmių viršutinių kvėpavimo takų ligų ir kitų užkrečiamųjų ligų požymių (pvz., karščiavimas, sloga, kosulys, pasunkėjęs kvėpavimas ir pan.).

17. Nuolat stebima mokinių, darbuotojų, mokinius atlydinčių asmenų sveikatos būklė:

17.1. mokiniams, darbuotojams, mokinius atlydintiems asmenims sudaromos sąlygos, jei yra poreikis, atvykus į Progimnaziją matuoti(s) kūno temperatūrą bekontakčiu termometru visuomenės sveikatos specialistės kabinete;

17.2. į Progimnaziją neįleidžiami asmenys, kuriems pastebimi karščiavimo ar kitų viršutinių kvėpavimo takų ligų, užkrečiamųjų ligų požymių (pvz., sloga, kosulys, pasunkėjęs kvėpavimas ir pan.);

17.3. mokinys, kuriam ugdymo proceso metu pasireiškia ūmių viršutinių kvėpavimo takų infekcijų požymiai (pvz., karščiavimas, kosulys, pasunkėjęs kvėpavimas ir pan.) turi būti nedelsiant atskirtas nuo kitų mokinių, o apie mokinio sveikatos būklę informuoti jo tėvai (globėjai, rūpintojai). Mokinio tėvams (globėjams, rūpintojams) atvykus pasiimti mokinio rekomenduoti jiems registruoti mokinį patikrinti dėl COVID-19 ligos (koronaviruso infekcijos) Karštąja koronaviruso linija tel. 1808 arba pildant elektroninę registracijos formą adresu www.1808.lt;

17.4. darbuotojas, kuriam darbo metu pasireiškia ūmių viršutinių kvėpavimo takų infekcijų požymiai (pvz., karščiavimas, kosulys, pasunkėjęs kvėpavimas ir pan.), turi nedelsiant apeisti švietimo įstaigos, vykdančios bendrąsias ugdymo programas, teritoriją ir patalpas. Darbuotojui rekomenduojama patikrinti dėl COVID-19 ligos (koronaviruso infekcijos) registruojantis Karštąja koronaviruso linija tel. 1808 arba pildant elektroninę registracijos formą adresu www.1808.lt;

17.5. jeigu Progimnazija iš darbuotojo, mokinio ar jo tėvų (globėjų, rūpintojų) gavo informaciją apie darbuotojui ar mokiniui (jo artimiesiems) nustatytą COVID-19 ligą (koronaviruso infekciją), apie tai nedelsiant informuoja Nacionalinį visuomenės sveikatos centrą prie Sveikatos apsaugos ministerijos (toliau – NVSC), bendradarbiauja su NVSC nustatant sąlytį turėjusius asmenis ir jiems taikant 14 dienų izoliaciją;

17.6. draudžiama į Progimnaziją atvykti asmenims, kuriems privaloma izoliacija, izoliacijos laikotarpiu.

18. Su mokiniais tiesioginio kontakto neturi darbuotojai, į kurių pareigas neįeina tiesioginis darbas su jais.

19. Visiems pašaliniams asmenims draudžiama patekti į Progimnaziją, išskyrus atvejus, kai jie teikia paslaugas, būtinas ugdymo proceso organizavimui.

20. Progimnazijoje sudarytos sąlygos mokinių ir darbuotojų rankų higienai (valgyklos, tualetų, persirengimo kambarių praustuvėse tiekiamas šiltas ir šaltas vanduo, kitose patalpose – šaltas vanduo, prie praustuvių patiekama skysto muilo, popierinių rankšluosčių, valgykloje veikia rankų džiovintuvas). Gerai matomoje vietoje prie visų trijų įėjimų į Progimnaziją, taip pat kiekviename pastato aukšte pastatytos rankų dezinfekcijai skirtos priemonės. Viešinamos rekomendacijos dėl tinkamos rankų higienos (1 priedas).

21. Patalpos, kuriose organizuojamas mokinių ugdymas, vykdomos konsultacijos, išvėdinamos prieš atvykstant mokiniams ir kiekvienos pertraukos metu (langus atidaro pamoką vedęs mokytojas).

22. Dažnai liečiamus paviršius (durų rankenas, durų rėmus, stalų paviršius, kėdžių atramas, laiptinės turėklus, elektros jungiklius ir kt.) valo valytojos paviršiams valyti skirtu valikliu ne rečiau kaip 2 kartus per dieną. Kitas aplinkos valymas Progimnazijoje atliekamas atsižvelgiant į Sveikatos apsaugos ministerijos parengtas rekomendacijas patalpų valymui COVID-19 pandemijos metu ([https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/REKOMENDACIJOS%20dezinfekcijai%2020200327%20\(1\).pdf](https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/REKOMENDACIJOS%20dezinfekcijai%2020200327%20(1).pdf)).

23. Skirtingų spalvų ženklais reguliuojamas mokinių srautų judėjimas Progimnazijoje. Mokinių srautų judėjimas nukreiptas taip, kad, kiek tai įmanoma, būtų išvengta sankirtų su kitais srautais.

24. Mokinių vykimai į renginius už Progimnazijos ribų:

24.1. renginiai už Progimnazijos ribų organizuojami tik gavus Progimnazijos direktoriaus leidimą, įformintą įsakymu;

24.2. renginį už Progimnazijos ribų organizuojantis mokytojas privalo pateikti prašymą raštinės administratoriui prieš tris darbo dienas iki renginio, taip pat prieš renginį praveisti saugaus elgesio instruktažą.

25. Bibliotekos paslaugomis galima naudotis pagal nustatytą tvarkaraštį. Bibliotekoje aptarnaujama po vieną klientą, kiti laukia už durų laikydamiesi saugaus atstumo.

Klasės	Savaitės dienos
1 -2 klasės	Pirmadienis
3-4 klasės	Antradienis
5-6 klasės	Trečiadienis
7-8 klasės	Ketvirtadienis

II SKYRIUS PRADINIO UGDYMO ORGANIZAVIMAS

26. Pradinio ugdymo programoms įgyvendinti Progimnazija skiria tiek pamokų, kiek numatyta pradinio, pagrindinio ugdymo bendruosiuose ugdymo planuose.

27. Pamokų pradžios laikas 2-4 klasių mokiniams – 8.30 val., 1 klasių mokiniams – 8.45 val. Progimnazija dirba be skambučio.

28. Pietums skiriamos pertraukos klasių paralelėmis po 2-6 pamokos.

Pamokų laikas:

Pamoka	1 kl.		2 kl.		3-4 kl.		5-6 kl.		7-8 kl.	
1	08.45-09.20		08.30-09.15		08.30-09.15		08.30-09.15		08.30-09.15	10 min. pusryčiai
2	09.30-10.05	20 min. pietūs	09.25-10.10		09.25-10.10		09.25-10.10		09.25-10.10	
3	10.25-11.00		10.25-11.10	15 min. pietūs	10.25-11.10		10.25-11.10		10.25-11.10	
4	11.15-11.50		11.25-12.10		11.25-12.10	15 min. pietūs	11.25-12.10		11.25-12.10	
5	12.15-12.50		12.25-13.10		12.25-13.10		12.25-13.10	30 min. pietūs	12.25-13.10	
30 min.										
6	13.20-13.55		13.40-14.25		13.40-14.25		13.40-14.25		13.40-14.25	15 min. pietūs
7									14.40-15.25	
Pastaba: po 5 pamokos pertrauka gali būti trumpinama, atsižvelgus į mokytojų pietų pertraukos laiką, bei suderinus su tėvais (globėjais, rūpintojais)										

29. Jeigu leidžia dalyko turinio ypatumai, oro temperatūros sąlygos, galima pamokas organizuoti lauke. Fizinio ugdymo pamokas, jei leidžia oro sąlygos, būtina organizuoti lauke.

30. Progimnazijoje 2021-2022 mokslo metais švietimo ir mokymosi pagalba gali būti organizuojama ir nuotoliniu būdu.

III SKYRIUS NEFORMALIOJO VAIKŲ ŠVIETIMO ORGANIZAVIMAS

31. Pailgintos dienos grupės veikloje leidžiama dalyvauti tos pačios programos skirtingų klasių mokiniams (pvz., 2–4 klasių ir t.t.), užtikrinant Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro, valstybės lygio ekstremaliosios situacijos valstybės operacijų vadovo 2021 m. kovo 5 d. sprendimu Nr. V-465 „Dėl neformaliojo vaikų švietimo organizavimo būtinų sąlygų“ nustatytų reikalavimų vykdymą“.

32. Neformaliojo vaikų švietimo veiklos pagal galimybes vykdomos laikantis grupių izoliacijos principo: siekiama, kad vaikai nuolatos dalyvautų tos pačios grupės veiklose, neformaliojo vaikų švietimo veiklos būtų vykdomos taip, kad būtų išvengta skirtingų grupių vaikų kontakto patalpose, kuriose vykdoma veikla.

33. Neformaliojo vaikų švietimo veiklos organizuojamos taip, kad būtų išvengta kontakto su pašaliniais, veiklose nedalyvaujančiais asmenimis. Jei to padaryti neįmanoma - ribojamas kontakto laikas.

34. Draudžiama veiklose dalyvauti mokiniams, kuriems pasireiškia karščiavimas, kurie turi ūmių viršutinių kvėpavimo takų ligų požymių (pvz., sloga, kosulys, pasunkėjęs kvėpavimas).

IV SKYRIUS MAITINIMO ORGANIZAVIMAS

34. Mokinių maitinimas organizuojamas maksimaliai laikantis higienos ir saugumo principų.

35. Siekiant sumažinti mokinių skaičių valgykloje, sureguliuotas pertraukų, kurių metu mokiniai valgo, laikas. Žr. 28 punktą.

36. Prie vieno stalo valgo tik tos pačios klasės mokiniai.

37. Po kiekvieno maitinimo bendra maitinimo organizavimo patalpa išvėdinama ir išvaloma.

38. Maitinimas švediško stalo principu, kai maistą įsideda patys mokiniai, neorganizuojamas.

39. Mokinių iš namų atsineštas maistas valgomas klasėje, laikantis higienos taisyklių, arba valgykloje, pietaujant tos pačios klasės mokiniams.

40. Progimnazijos valgykloje aptarnaujami tik Progimnazijos darbuotojai ir mokiniai.

V SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

41. Už mokinių, atvykstančių į Progimnaziją, sveikatos būklę bei aprūpinimą nosį ir burną dengiančiomis apsaugos priemonėmis atsako jų tėvai (globėjai, rūpintojai).

42. Jei Progimnazijos darbuotojui ar mokiniui yra nustatoma COVID-19 liga, Progimnazijos mokiniams ugdymas toliau tęsiamas vadovaujantis atskirais Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro-valstybės lygio ekstremaliosios situacijos valstybės operacijų vadovo ir/ar Švietimo, mokslo ir sporto ministerijos sprendimais.

43. Progimnazijos planas keičiamas pasikeitus teisės aktams.

44. Su Progimnazijos planu darbuotojai supažindinami elektroninėmis ryšio priemonėmis. Mokiniai, tėvus (globėjus, rūpintojus) su planu supažindina klasių vadovai.

45. Progimnazijos planas skelbiamas Progimnazijos interneto svetainėje.

ASMENS HIGIENOS (KOSĖJIMO, ČIAUDĖJIMO ETIKETO, RANKŲ HIGIENOS) LAIKYMOSI TAISYKLĖS

DRAUDŽIAMA ATVYKTI Į PROGIMNAZIJĄ:

- ☞ mokiniam, darbuotojams, tėvams (globėjams, rūpintojams), tretiesiems asmenims, kuriems pasireiškia karščiavimas (37,3 °C ir daugiau), ar kurie turi ūmių viršutinių kvėpavimo takų ligų, kitų užkrečiamųjų ligų požymių (pvz., sloga, kosulys, pasunkėjęs kvėpavimas ir pan.);
- ☞ asmenims, kuriems privaloma izoliacija, izoliacijos laikotarpiu;
- ☞ pašaliniam asmeniui, išskyrus atvejus, kai jie teikia paslaugas, būtinas ugdymo proceso organizavimui.

ČIAUDĖJIMO IR KOSĖJIMO ETIKETAS:



- kosint ir čiaudint, būtina užsidengti burną ar nosį su nosine (geriau vienkartinė), nusišukuoti;
- jei nosinės nėra – kosėti ar čiaudėti į drabužius, kurie nekontaktuos su atvira ranka ir veiks kaip oro filtras (į alkūnės linkį, skverną);
- neužsidengti burnos ar nosies delnu;
- nosiai valyti ar išsišnypšti naudoti vienkartinės nosines, jas panaudojus išmesti į šiukšlių dėžę ir nedelsiant nusiplauti rankas;
- nekosėti ir nečiaudėti kitų žmonių draugijoje išeikite į kitą vietą;
- neiškvėpti oro į kito žmogaus pusę;
- vengti kontakto su didelės gripo komplikacijų rizikos grupės žmonėmis: mažais vaikais, nėščiosiomis, pagyvenusiais ligotais žmonėmis;
- sveikas asmuo, atsidūręs kito asmens kosėjimo ar čiaudėjimo zonoje, turėtų nuo jo pasitraukti, trumpam sulaikyti kvėpavimą.

Tėvai (globėjai, rūpintojai) palydi/ pasitinka mokinius iki/prie progimnazijos pastato durų.

Asmenys bendrose uždaroje erdvėse (pvz., koridoriuose, valgykloje, bibliotekoje ar pan.), klasės renginiuose uždaroje erdvėse dalyvaujantys pilnamečiai tretieji asmenys (pvz., tėvai (globėjai, rūpintojai), kai tarp dalyvių neišlaikomas 2 metrų atstumas, privalo dėvėti nosį ir burną dengiančias apsaugos priemones (veido kaukes, respiratorius ar kitas priemones) (toliau – kaukė). Mokiniam rekomenduojama dėvėti kaukes išėjus iš klasės. Kaukių leidžiama nedėvėti neįgalumą turintiems asmenims, kurie dėl savo sveikatos būklės kaukių dėvėti negali ar jų dėvėjimas gali pakenkti asmens sveikatos būklei.



REKOMENDACIJOS DĖL RANKŲ HIGIENOS

Tinkama rankų higiena sumažina virusų ir kitų užkrečiamųjų ligų perdavimo ir užsikrėtimo riziką.

Rankų higiena – tai dažnas ir tinkamas rankų plovimas vandeniu su muilu arba rankų valymas alkoholio turinčiomis priemonėmis (tirpalais, geliiais, servetėlėmis ar kitomis priemonėmis).

Rankų higiena yra racionali, pigiausia prevencijos priemonė, nesukelianti reikšmingos susijusios rizikos.

Rankas reikia reguliariai plauti muilu ir vandeniu muiluojant jas 20–40 sekundžių.

Rankų dezinfekavimo priemonės, kurių pagrindą sudaro alkoholis, nėra labiau veiksmingos ir naudingos kaip rankų plovimas.

Plauti reikėtų vėsiu vandeniu, nes karštas vanduo šalina riebalus, skatina odos pabrinkimą (patinimą), išsausėjimą.

Jei nėra galimybės nusiplauti rankų, rekomenduojama naudoti antiseptikus (dezinfekavimo priemones). Tinkamas jų naudojimas nužudo daugumą mikroorganizmų ant rankų ir užkerta kelią ligoms plisti. Rankų dezinfekavimo priemonės efektyvios ir yra naudojamos, jei rankos vizualiai nesuterštos išskyromis, t. y. švarios. Jei rankos nešvarios, prieš naudojant alkoholio turinčius rankų dezinfekavimo skysčius, rankas reikia nuplauti vandeniu su muilu.

Venkite liesti neplautomis rankomis akis, burną, nosį dėl galimo viruso patekimo į organizmą per gleivines.

RANKŲ PLOVIMO PROCEDŪRA:

Procedūros trukmė: 40 – 60 sek.

- 1 RANKAS SUDRĖKINTI VANDENIU
- 2 UŽPILTI MUILU, KAD PADENGTŲ VISUS PAVIRŠIUS
- 3 DELNĄ TRINTI | DELNĄ
- 4 DEŠINIOSIOS RANKOS DELNU TRINTI KAIRIOSIOS PLAŠTAKOS VIRŠŲ IR ATVIRKŠČIAI
- 5 SUGLAUSTI DELNUS, SUPINTI PIRŠTUS IR TRINTI
- 6 KIEKVIENOS RANKOS DELNU TRINTI KITOS RANKOS PIRŠTUS
- 7 SUKAMAJSAIS JUDESIAIS TRINTI NYKŠČIUS
- 8 SUKAMAJSAIS JUDESIAIS TRINTI KIEKVIENOS RANKOS DELNĄ
- 9 RANKAS PLAUTI VANDENIU
- 10 RANKAS SAUSINTI VIENKARTINIŲ RANKŠLUOSTŲ
- 11 ČIAUPA UŽDIARYTI NAUDOJANT VIENKARTINIŲ RANKŠLUOSTŲ
- 12 RANKOS SAUGIOS

KOKIAS RANKŲ HIGIENOS PRIEMONES RINKTIS?



Skystas muilas visais atvejais rekomenduojamas labiau nei kietas muilas. Per jį neplinta mikrobai.



Ant kieto muilo paviršiaus gali daugintis mikrobai, nes juo naudojasi daugiau nei vienas asmuo.



Drėgnos servetėlės tinka visais atvejais kai nėra galimybės nusiplauti rankų.