**TRƯỜNG TIỂU HỌC THANH AM**

**TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG DỊCH BỆNH COVID - 19**

**Các biện pháp phòng chống Covd 19:**

- Duy trì khoảng cách giao tiếp từ 1-2 mét giữa bạn và người khác, đặc biệt là những người đang ho, hắt hơi và bị sốt.

- Tránh sờ vào mắt, mũi và miệng.

- Rửa tay thường xuyên bằng dung dịch rửa tay có cồn hoặc với xà phòng và nước.

- Nếu bạn bị sốt, ho và khó thở, hãy đi khám sớm và kể cho nhân viên y tế biết chi tiết trước đó bạn đã đi những đâu.

- Bảo đảm chế độ ăn uống cân bằng, ngủ đủ giấc và thực hiện các biện pháp phòng ngừa bệnh cúm thông thường

- Tránh sờ vào mắt, mũi và miệng

- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước hoặc dung dịch rửa tay có cồn.

Bộ Y tế đưa ra khuyến cáo giúp cho người dân có hướng dẫn cụ thể khi có những biểu hiện (Sốt, ho, đau họng, khó thở trong tình hình dịch bệnh COVID-19 như hiện nay

1. Đeo khẩu trang và tự cách ly ở một phòng riêng, thoáng khí hoặc ở một vị trí trong nhà, giữ khoảng cách với mọi người ít nhất 2 mét;

2. Gọi điện cho đường dây nóng của cơ quan y tế địa phương hoặc của Bộ Y tế (số điện thoại 1900 3228 hoặc 1900 9095) để được tư vấn và đến ngay cơ sở y tế để khám và điều trị; Đeo khẩu trang trong suốt quá trình di chuyển đến cơ sở y tế;

3. Che kín mũi, miệng khi họ hoặc hắt hơi bằng khuỷu tay áo, khăn vải hoặc khăn tay hoặc khăn giấy; Thải bỏ khẩu trang, khăn giấy sau khi sử dụng vào thùng rác có nắp đậy kín hoặc vào túi và buộc kín miệng;

4. Rửa tay thường xuyên với xà phòng đặc biệt sau khi ho, hắt hơi, sau khi thải bỏ khẩu trang, khăn giấy,

5. Sử dụng riêng đồ dùng cá nhân như cốc uống nước, bát đũa...

6. Hạn chế sử dụng phương tiện công cộng, không đến chỗ đông người, nơi làm việc, trường học;

7. Thông báo với người sử dụng lao động, nhà trường và những người liên quan.

|  |  |
| --- | --- |
| **KT HIỆU TRƯỞNG**  **PHÓ HIỆU TRƯỞNG**  **Ngô Xuân Trực** | **CBYT**  **Trần Ánh Tuyết** |