UBNDHUYỆN GIA LÂM

**TRƯỜNG TIỂU HỌC DƯƠNG XÁ**

**BÀI TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG DỊCH BỆNH COVID**

  Hiện nay tình hình dịch bệnh Covid-19 tiếp tục diễn biến phức tạp trên toàn thế giới và các địa phương trên cả nước.  Để chủ động phòng, chống bệnh viêm đường hô hấp cấp do chủng mới corona gây ra, Trường THCS Lệ Chi tuyên truyền tới cán bộ, giáo viên, nhân viên, các em học sinh cần chủ động nâng cao ý thức bảo vệ sức khỏe bản thân và cộng đồng, tự giác thực hiện những khuyến cáo, hướng dẫn của Bộ Y tế về các việc nên làm, không nên làm để phòng chống dịch COVID-19. Đề cao ý thức tự chăm sóc sức khỏe, tăng cường dinh dưỡng và thể lực để nâng cao sức đề kháng của bản thân và gia đình. Điều quan trọng nhất vẫn là thường xuyên rửa tay với xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn, hạn chế tụ tập đông người, thường xuyên vệ sinh các bề mặt đồ vật, tiếp tục thực hiện theo “Thông điệp 5K: Khẩu trang - Khử khuẩn- Khoảng cách- Không tụ tập- Khai báo y tế”:

**KHẨU TRANG**: Bắt buộc đeo khẩu trang khi ra khỏi nhà. Đeo khẩu trang  trên đường từ nhà đến trường, từ trường về nhà và trong thời gian học tập tại trường

**KHỬ KHUẨN**: Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn tay. Vệ sinh các bề mặt/ vật dụng thường xuyên tiếp xúc (tay nắm cửa, điện thoại, máy tính bảng, mặt bàn, ghế…). Giữ vệ sinh, lau rửa và để nhà cửa thông thoáng.

**KHOẢNG CÁCH**: Giữ khoảng cách khi tiếp xúc với người khác.

**KHÔNG TỤ TẬP**đông người.

**KHAI BÁO Y TẾ**: thực hiện khai báo y tế theo hướng dẫn

Trách nhiệm của học sinh: Đeo khẩu trang khi đến trường, khi ra về và trong quá trình học tập tại trường. Thường xuyên rửa tay với xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn tay tại các thời điểm: Trước khi vào lớp, sau khi ra về, khi thấy tay bẩn hoặc khi cần thiết. Chuẩn bị và mang đồ dùng cá nhân khi đến trường học, không dùng chung đồ dùng cá nhân với các học sinh khác. Thực hiện giãn cách phù hợp theo hướng dẫn của các thầy cô, ban giám hiệu nhà trường. Không khạc, nhổ; vứt rác, khẩu trang bừa bãi; che miệng và mũi khi ho, hắt hơi.

Trách nhiệm của giáo viên, người lao động tại trường: Không được đến trường nếu đang trong thời gian cách ly tại nhà hoặc có biểu hiện sốt, ho, khó thở. Đeo khẩu trang khi đi đến trường, khi ra về và những thời điểm cần thiết. Thường xuyên rửa tay với xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn tay; rửa tay trước khi đến trường và sau khi ra về.

**Vì “Chống dịch như chống giặc”**

**Vì một Việt Nam khỏe mạnh, hãy chung tay đẩy lùi dịch bệnh./**

**Nguyên tắc cơ bản phòng, chống dịch COVID-19 cho cá nhân**

          Để phòng bệnh cho bản thân và làm chậm sự lây lan của bệnh trong cộng đồng, mỗi cá nhân cần thực hiện các hành động phòng ngừa như sau:  
 1. Thường xuyên rửa tay đúng cách bằng xà phòng dưới vòi nước sạch, hoặc bằng dung dịch sát khuẩn có cồn (ít nhất 60% cồn).

2. Đeo khẩu trang nơi công cộng, trên phương tiện giao thông công cộng và đến cơ sở y tế.

3. Tránh đưa tay lên mắt, mũi, miệng. Che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi bằng khăn giấy, khăn vải, khuỷu tay áo.

4. Tăng cường vận động, rèn luyện thể lực, dinh dưỡng hợp lý xây dựng lối sống lành mạnh.

5. Vệ sinh thông thoáng nhà cửa, lau rửa các bề mặt hay tiếp xúc.

 6. Nếu bạn có dấu hiệu sốt, ho, hắt hơi, và khó thở, hãy tự cách ly tại nhà, đeo khẩu trang và gọi cho cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám và điều trị.  
 7. Nếu bạn từ vùng có dịch bệnh trở về cần tự cách ly, theo dõi sức khỏe, khai báo y tế đầy đủ.

8. Thực hiện khai báo y tế trực tuyến tại địa chỉ https://tokhaiyte.vn hoặc tải ứng dụng NCOVI từ địa chỉ https://ncovi.vn và thường xuyên cập nhật tình trạng sức khoẻ của bản thân.

9. Cài đặt ứng dụng Bluezone để được cảnh báo nguy cơ lây nhiễm COVID19, giúp bảo vệ bản thân và gia đình tại địa chỉ: <https://www.bluezone.gov.vn/>.

**NHÂN VIÊN Y TẾ**

**Hoàng Thị Luyến**