

Kochane Świetliczaki.

Witajcie w nowym tygodniu nauki zdanej. W naszym powiecie szkoły nadal są zamknięte.

Trwa tydzień profilaktyki, o którym na pewno wiecie od swoich wychowawczyń. Wiemy, że chętni mogą wykonać plakietkę z tej okazji – dobrej zabawy .

UCZEŃ NA „SZÓSTKĘ”

dobrze wie ;

TAK trzeba robić...

	<p>Kaszeleć i kichać w chusteczki jednorazowe. Jeśli jej zapomnimy, zasłaniamy usta i nos rękawem w okolicy powyżej łokcia, a nie dłońmi.</p>		<p>Zużytą chusteczkę wyrzucić do kosza na śmieci, aby wirusy nie miały kontaktu z innymi osobami.</p>
	<p>Myć ręce ciepłą wodą i mydłem przez co najmniej 20 sekund.</p>		<p>Pozostać w domu gdy wystąpi: gorączka, kaszel, ból gardła, katar, ból głowy, dreszcze, osłabienie.</p>
	<p>Być w odpowiedniej odległości od osób chorych. Unikać kaszlących i kichających.</p>		<p>Powiadomić rodziców, opiekunów lub nauczyciela, w razie złego samopoczucia. Zgłosić się do lekarza, by rozpocząć leczenie.</p>

...ale tak, **NIE!**

	<p>Unikać dotykania palcami ust, nosa i powiek oczu.</p>		<p>W rozmowie unikać bliskich kontaktów „twarz w twarz” oraz uścisków.</p>
---	--	--	--

ŻEBY WIRUSOM NIE DAĆ SIĘ!

opracowanie: Oddział Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Krakowie

My także włączamy się w tydzień profilaktyki

Znalazliśmy w Internecie materiały:

Piramidę żywieniową

<https://wordwall.net/pl/resource/994339/piramida-zdrowego-%C5%BCywienia>



oraz grę związaną z higieną

<https://wordwall.net/pl/resource/713025/higiena>



Polecam i pozdrawiam