



## Załącznik nr 3

### ZASADY BEZPIECZEŃSTWA DZIAŁANIA W PHH ZHR

1. Najważniejszą zasadą działania w PHH jest zachowanie przez wszystkich procedur bezpieczeństwa życia i zdrowia, gdyż skutki postępowania w życiu prywatnym, zawodowym i harcerskich mają ze sobą ścisłe powiązanie. Najważniejsze zalecenia i zasady sanitarne: [www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus).
2. Zgodnie z zaleceniami GIS w życiu prywatnym należy m.in.:
  - jak najdłuższy czas przebywać we własnym domu i w gronie domowników,
  - unikać spotkań i odwiedzin rodzinnych, towarzyskich, znajomych itp.,
  - w przypadku potrzeby służby lub wychodzenia z domu ograniczyć lub wyeliminować kontakt z najstarszymi członkami rodziny,
  - w przypadku złego samopoczucia (w tym kaszlu, kichania, bólu głowy itp.) – bez wyraźnej potrzeby nie należy wychodzić z domu.
3. W czasie działań w PHH należy:
  - wszelkie możliwe spotkania, odprawy i uzgodnienia wykonywać telefonicznie lub za pomocą Internetu,
  - używać rękawiczek jednorazowych i zdejmować je w bezpieczny sposób: [www.youtube.com/watch?v=Mc7MylSscoc](https://www.youtube.com/watch?v=Mc7MylSscoc)
  - w ciągu dnia, ale też przed każdym niezbędnym wyjściem i po powrocie do domu myć ręce mydłem w bardzo ciepłej wodzie przez min. 30 sekund: <https://gis.gov.pl/aktualnosci/jak-skutecznie-dezynfekowac-rece/>
  - zaopatrzyć się w żel/płyn dezynfekujący, mieć go przy sobie i stosować m.in. gdy utrudnione lub niemożliwe jest umycie rąk, w momencie powrotu do domu, przed dotknięciem klamki drzwi wejściowych.
4. Podczas niezbędnych wyjść z domu należy m.in.:
  - przemieszczać się w pierwszej kolejności pieszo, rowerem lub własnym samochodem,
  - unikać dużych sklepów spożywczych, transportu publicznego itp.,
  - unikać zgromadzeń i zachować odległość co najmniej 1-2 metra od innych osób,
  - unikać bezpośredniego kontaktu z innymi osobami np. uścisków dłoni, czułych powitań itp.,
  - nie dotykać twarzy nieumytymi rękoma, ponieważ mogą być zanieczyszczone wirusem,
  - w zależności od celu wyjścia zaopatrzyć się w rękawiczki, okulary ochronne, odzież ochronną,
  - w razie potrzeby kaszleć lub kichać w wewnętrzne zgięcie łokcia lub w chusteczkę, którą od razu należy wyrzucić, a ręce umyć jak najszybciej.
5. W miejscach użyteczności publicznej np. windach, sklepach, toaletach publicznych, stacjach benzynowych m.in.:
  - staramy się nie dotykać dłońmi włączników światła, klamek, dozowników mydła - używamy łokcia, zewnętrznych części dłoni lub używamy rękawiczki ochronne, ręczniki papierowe,
  - używamy chusteczki higieniczne lub dezynfekcyjne, a przed dotknięciem przecieramy np. klamki, uchwyt koszyka lub wózka, a chusteczki po użyciu od razu wyrzucamy,
  - używamy rękawiczki jednorazowe np. przy tankowaniu,
  - po każdym użyciu rękawiczek należy jak najszybciej umyć ręce.