

Moja maseczka chroni Ciebie, Twoja maseczka chroni mnie [1]

Od 16 kwietnia - zgodnie z rozporządzeniem Rady Ministrów - obowiązkowo po wyjściu z domu zakrywamy usta i nos maseczką lub innymi środkami (maski, odzież lub jej części), aby ograniczyć rozprzestrzenianie się wirusa SARS-CoV-2. Obowiązek zakrywania nosa i ust działa do odwołania.

Kiedy używać maseczki/ innego środka zakrywającego usta i nos

1) w środkach publicznego transportu zbiorowego oraz w pojazdach samochodowych, którymi poruszają się osoby niezamieszkujące lub niegospodarujące wspólnie;

2) w miejscach ogólnodostępnych, w tym:

a) na drogach i placach,

b) w zakładach pracy oraz w budynkach użyteczności publicznej (z wyłączeniem osób tam zatrudnionych, chyba że są to osoby wykonujące w danym budynku bezpośrednią obsługę klientów/interesantów) przeznaczonych na potrzeby: administracji publicznej, wymiaru sprawiedliwości, kultury, kultu religijnego, oświaty, szkolnictwa wyższego, nauki, wychowania, opieki zdrowotnej, społecznej lub socjalnej, obsługi bankowej, handlu, gastronomii, usług, w tym usług pocztowych lub telekomunikacyjnych, turystyki, sportu, obsługi pasażerów w transporcie kolejowym, drogowym, lotniczym, morskim lub wodnym śródlądowym; za budynek użyteczności publicznej uznaje się także budynek biurowy lub socjalny,

c) w obiektach handlowych lub usługowych, placówkach handlowych lub usługowych i na targowiskach (straganach),

d) na terenie nieruchomości wspólnych (np. klatki schodowe, windy, pralnie).

Z obowiązku zasłaniania ust i nosa zwolnieni są między innymi:

1) kierujący pojazdem samochodowym, w którym przebywa lub porusza się 1 osoba albo 1 osoba z dzieckiem;

2) dzieci do ukończenia 4 roku życia;

3) osoby, które nie mogą zakrywać ust lub nosa z powodu stanu zdrowia, chorobowych zaburzeń rozwoju, niepełnosprawności intelektualnej w stopniu umiarkowanym albo głębokim lub niesamodzielności;

4) duchowny sprawujący kult religijny;

5) żołnierze Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej i wojsk sojuszników.

Pełny tekst rozporządzenia dostępny w załączniku.

Jak używać maseczki

Maseczka ochronna jest skuteczna tylko wtedy, kiedy jest prawidłowo używana. Jak wam ciwie zakładać, nosić i zdejmować maseczkę ochronną jednorazowego użytku demonstruje mgr Jadwiga Zapała - specjalista promocji zdrowia z Zakładu Profilaktyki Onkologicznej ?CO. Zachęcamy do obejrzenia filmu ([TUTAJ](#) [2]) i stosowania się do zaleceń:

1. Przed użyciem maseczki dokładnie umyj lub zdezynfekuj ręce.

2. Przy?ó? maseczk? starannie do twarzy w okolicy ust i nosa i roz?ó? j? tak, aby dobrze przywiera?a (bez ?adnych szczelin pomi?dzy twarz? a mask?).
3. Je?li maseczka posiada w górnym brzegu wszyty metalowy pasek, delikatnie dopasuj go u nasady nosa.
4. Nigdy nie dotykaj maseczki w trakcie jej noszenia. Je?li to si? zdarzy, dok?adnie umyj lub zdezynfekuj r?ce.
5. Nigdy nie ods?aniaj nosa, czy ust w trakcie noszenia maseczki. Je?li to si? zdarzy, wymie? maseczk? na now? i dok?adnie umyj lub zdezynfekuj r?ce.
6. Wymie? maseczk? na now?, kiedy stanie si? wilgotna.
7. Nigdy nie u?ywaj ponownie maseczki ochronnej jednorazowego u?ytku.
8. Je?li chcesz zdj?? maseczk?, to nie dotykaj?c przedniej jej cz??ci, chwy? za wi?zanie z ty?u i rozwi?? je (je?li maska zaczepiana jest na uszy, po kolei zdejmij ka?dy uchwyt).
9. Po zdj?ciu jednorazowej maseczki od razu umie?? j? w koszu na ?mieci z zamykan? klap?.
10. Na koniec umyj r?ce wod? z myd?em i zdezynfekuj je.

Uwaga! Noszenie maseczki nie zwalnia nas z przestrzegania innych zalece?, m.in. dystansu spo?ecznego (co najmniej 2 m odleg?o?ci od drugiej osoby) , cz?stego mycia i dezynfekowania r?k.

Za??cznik:  [Rozporz?dzenie RM z dn. 15 kwietnia 2020 r.](#) [3]

Aktualno?ci

Source URL: <https://onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/moja-maseczka-chroni-ciebie-twoja-maseczka-chroni-mnie>

Links

[1] <https://onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/moja-maseczka-chroni-ciebie-twoja-maseczka-chroni-mnie> [2]

<https://www.facebook.com/scokielce/videos/605607230298510/> [3]

https://onkol.kielce.pl/sites/default/files/zalaczniki/rozporzadzenie_rady_ministrow_z_dnia_15_kwietnia_2020.pdf