

ZDROWIE

**17 sierpnia 2020 r. w województwie śląskim rozpoczęła się akcja
pn.:**
„Koronawirus. Przestrzegaj zasad bezpieczeństwa i higieny”

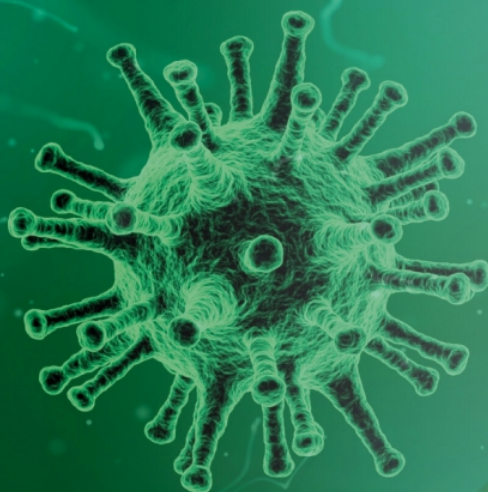


WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA
W KATOWICACH

www.wsse.katowice.pl

KORONAWIRUS

**PRZESTRZEGAJ
PODSTAWOWYCH ZASAD
BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY**



MANDAT ZAUFANIA

..... zł

**Na ile wyceniasz
zdrowie swoje i innych?**



Zastaniaj usta i nos

- w miejscach ogólnodostępnych m.in. w sklepie, galerii handlowej, targu, kościele i innych budynkach użyteczności publicznej
- w pojazdach komunikacji zbiorowej (w autobusie, tramwaju, pociągu itp.)
- w samochodzie – dotyczy sytuacji, kiedy jedziesz z osobą z którą nie mieszkasz

Zwróć uwagę czy prawidłowo nosisz maseczkę

- zastaniaj zarówno usta jak i nos
- unikaj dotykania maseczki podczas jej używania
- niewłaściwe stosowanie maseczek może zwiększyć ryzyko infekcji



Zachowaj bezpieczną odległość od innych min. 1,5 metra. Unikaj dużych skupisk ludzkich

Często myj ręce - minimum 30 sekund, wodą z mydłem lub dezynfekuj je środkiem na bazie alkoholu (60%)



Unikaj dotykania dłońmi oczu, nosa i ust – w ten sposób możesz przenieść wirusa
Podczas kichania i kaszlu zakrywaj usta i nos chusteczką lub zgięciem łokcia



POWRÓT DO ZDROWIA – POWRÓT DO PRACY



Jeśli z powodu wypadku lub pogorszenia stanu zdrowia nie możesz wykonywać dotychczasowej pracy, a chcesz być nadal aktywny zawodowo i żyć pełnią życia - zgłoś się do nas i weź udział w bezpłatnej rehabilitacji kompleksowej - zawodowej, psychospołecznej i medycznej.

Pozwól sobie pomóc, zgłoś się do nowego Programu Rehabilitacji Kompleksowej!

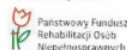
Do kogo skierowany jest Program?

Rehabilitacja Kompleksowa to oferta dla osób, które z powodu choroby lub wypadku straciły możliwość wykonywania dotychczasowego zawodu, ale chciałyby podjąć inną pracę, adekwatną do ich zainteresowań i stanu zdrowia. To również szansa dla tych, którzy ze względów zdrowotnych nigdy nie pracowali, lecz chcieliby zmienić tę sytuację - zdobyć zawód i podjąć satysfakcjonującą pracę odpowiednią do ich możliwości zdrowotnych.

W powrocie do aktywności zawodowej pomagają **Ośrodki Rehabilitacji Kompleksowej**, oferując niezbędną rehabilitację i szeroką ofertę kursów zawodowych dostosowanych do potrzeb osób z ograniczeniami zdrowotnymi. Pobyt, rehabilitacja i szkolenia są bezpłatne.



Lider Projektu



Partnerzy Projektu



Ośrodki Rehabilitacji Kompleksowej prowadzone są w ramach Projektu: „Wypracowanie i pilotażowe wdrożenie modelu kompleksowej rehabilitacji umożliwiającej podjęcie lub powrót do pracy” nr: POWR.02.06.00-00-0057/17 realizowanego przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych we współpracy z Zakładem Ubezpieczeń Społecznych oraz Centralnym Instytutem Ochrony Pracy – Państwowym Instytutem Badawczym.

Projekt finansowany jest przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego i przez Budżet Państwa.

Kontakt PFRON:

Infolinia: **(22) 50 55 600**

Adres email: **ork@pfron.org.pl**


www: **rehabilitajakompleksowa.pfron.org.pl**

Bezpośredni kontakt

Oddział Śląski PFRON 40-950 Katowice

Plac Grunwaldzki 8-10/8

Tel. 32 493 21-20



Więcej informacji w załączonej [ulotce informacyjnej!](#)

KORONAWIRUS powoduje gorączkę, kaszel, duszności, bóle mięśni i zmęczenie.

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania czy mówienia.

Jak zapobiegać zakażeniu?



Często myj ręce, używając mydła i wody.



Kiedy kaszlesz lub kichasz, **zakrywaj usta i nos**.



Zachowaj co najmniej 1 metr odległości od osób, które kaszlą i kichają.



Jeśli **wracasz z regionu**, gdzie występuje koronawirus i **masz objawy** choroby lub miałeś **kontakt z osobą zakażoną**, powiadom telefonicznie o tym stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału obserwacyjno-zakaźnego.

Infolinia NFZ

800 190 590

www.gov.pl/koronawirus

Wykaz podmiotów udzielających świadczeń opieki zdrowotnej, w tym transportu sanitarnego, w związku z przeciwdziałaniem COVID-19	PDF	471.71 KB	2020-03-12 13:38:10
Ważne informacje na temat postępowania w przypadku podejrzenia zakażenia KORONAWIRUSEM	PDF	334.59 KB	2020-03-12 14:27:15
Ulotka informacyjna - „Powrót do zdrowia - powrót do pracy”	PDF	3.52 MB	2020-07-23 12:36:09

Urząd Miasta i Gminy Siewierz, 42-470 Siewierz, ul. Żwirki i Wigury 16, tel. 32 64 99 400, e-mail: siewierz@siewierz.pl
Burmistrz Miasta i Gminy Siewierz mgr Zdzisław Banaś