**TRƯỜNG TIỂU HỌC NHÂN QUYỀN**

**NHỮNG VIỆC HỌC SINH CẦN LÀM TẠI NHÀ**

**Để phòng tránh mắc bệnh COVID-19**

*(Kèm theo CV số 476/MT-VP ngày 01/3/2020 của Cục Quản lý môi trường y tế)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **TT** | **VIỆC CẦN LÀM HÀNG NGÀY** | **Đánh dấu X nếu đã làm** |
| 1. | Súc miệng, họng bằng nước muối hoặc nước súc miệng thường xuyên |  |
| 2. | Giữ ấm cơ thể |  |
| 3. | Tập thể dục |  |
| 4. | Ăn chín, uống chín và đảm bảo chế độ ăn uống đầy đủ dinh dưỡng |  |
| 5. | Rửa tay với nước sạch và xà phòng thường xuyên |  |
| + Rửa tay trước và sau khi ăn |  |
| + Rửa tay sau khi đi vệ sinh |  |
| + Rửa tay khi tay bẩn |  |
| + Rửa tay sau khi đi chơi, đi học về nhà |  |
| + Rửa tay sau khi tiếp xúc với vật nuôi |  |
| 6. | Che mũi, miệng khi ho hoặc hắt hơi *(tốt nhất bằng giấy lau sạch, khăn vải hoặc khăn tay, hoặc ống tay áo để làm giảm phát tán dịch tiết đường hô hấp).*  Vứt bỏ khăn, giấy che mũi, miệng vào thùng rác và rửa sạch tay. |  |
| 7. | Không đưa tay lên mắt, mũi miệng |  |
| 8. | Không khạc, nhổ bừa bãi |  |
| 9. | Giữ nhà cửa sạch sẽ, thông thoáng, sử dụng quạt, không sử dụng điều hòa |  |
| 10. | Bỏ rác đúng nơi quy định |  |
| 11. | Tự theo dõi sức khỏe gồm: |  |
| + Tự đo nhiệt độ (từ 37,5oC trở lên là có sốt) |  |
| + Có ho không? |  |
| + Có khó thở không? |  |
| 12. | Nếu có sốt, ho, khó thở thì: |  |
| + Chủ động báo cho nhà trường (Giáo viên chủ nhiệm) |  |
| + Nghỉ ở nhà để theo dõi sức khỏe và đeo khẩu trang |  |
| + Đến cơ sở y tế để được khám, tư vấn, điều trị |  |
| 13. | Có trong thời gian cách ly tại nhà theo yêu cầu của cơ quan y tế không? - Nếu có thì nghỉ ở nhà. |  |
| 14. | Tránh tiếp xúc với người bị sốt, ho, khó thở |  |
| 15. | Tránh chỗ tập trung đông người, không tụ tập đông người |  |
| 16. | Hạn chế tiếp xúc với các vật nuôi, động vật hoang dã |  |

**\* Lưu ý:** Đối với trẻ Mầm non, học sinh Tiểu học, Trung học cơ sở: cha mẹ học sinh hướng dẫn, giúp đỡ và nhắc nhở học sinh thực hiện.

|  |  |
| --- | --- |
| **Trường Tiểu học Nhân Quyền**  Lớp: .................................................................... | Tên học sinh ......................................................................  Tuần từ ngày .............................. đến ngày ....................... |

NHỮNG VIỆC HỌC SINH CẦN LÀM TẠI TRƯỜNG  
Để phòng tránh mắc bệnh COVID-19

*(Kèm theo Công văn số 476/MT-VP ngày 01/3/2020 của Cục Quản lý môi trường y tế)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **VIỆC CẦN LÀM HÀNG NGÀY** | **Học sinh đánh dấu X nếu đã làm** | | | | | |
| Thứ hai | Thứ ba | Thứ tư | Thứ năm | Thứ sáu | Thứ bảy |
| 1. | Rửa tay với nước sạch và xà phòng thường xuyên |  |  |  |  |  |  |
| + Rửa tay trước khi vào lớp |  |  |  |  |  |  |
| + Rửa tay trước và sau khi ăn |  |  |  |  |  |  |
| + Rửa tay sau khi ra chơi, nghỉ giữa giờ |  |  |  |  |  |  |
| + Rửa tay sau khi đi vệ sinh |  |  |  |  |  |  |
| + Rửa tay khi tay bẩn |  |  |  |  |  |  |
| 2. | Che mũi, miệng khi ho hoặc hắt hơi *(tốt nhất bằng giấy lau sạch, khăn vải hoặc khăn tay, hoặc ống tay áo để làm giảm phát tán dịch tiết đường hô hấp).*  Vứt bỏ khăn, giấy che mũi, miệng vào thùng rác và rửa sạch tay. |  |  |  |  |  |  |
| 3. | Không đưa tay lên mắt, mũi miệng |  |  |  |  |  |  |
| 4. | Mang cốc/bình nước, khăn mặt, khăn lau tay, gối, chăn,... để dùng riêng tại lớp (nếu cần) |  |  |  |  |  |  |
| 5. | Không dùng chung các đồ dùng cá nhân như cốc, bình nước, khăn mặt, khăn lau tay, gối, chăn. |  |  |  |  |  |  |
| 6. | Không khạc, nhổ bừa bãi |  |  |  |  |  |  |
| 7. | Bỏ rác đúng nơi quy định |  |  |  |  |  |  |
| 8. | Nếu có sốt, ho, khó thở thì báo ngay cho giáo viên chủ nhiệm |  |  |  |  |  |  |

**\* Lưu ý:** Đối với trẻ Mầm non, học sinh Tiểu học, giáo viên hướng dẫn, giúp đỡ học sinh thực hiện