

Trường THCS Sài Đồng
Những Việc Học Sinh Cần Làm Tại Trường, Tại Nhà Để Phòng Chống Dịch
Covid -19

Trước tình hình dịch COVID-19 diễn biến phức tạp, để đảm bảo an toàn cho học sinh trở lại học trực tiếp tại trường. Bộ Y tế đã đưa ra khuyến cáo những biện pháp học sinh cần làm tại trường và tại nhà để chủ động phòng, chống dịch bệnh COVID -19.

I, 7 biện pháp học sinh cần làm hằng ngày tại trường học để phòng tránh mắc COVID-19.

**NHỮNG VIỆC HỌC SINH CẦN LÀM
TẠI TRƯỜNG HÀNG NGÀY**

**ĐỂ PHÒNG TRÁNH MẮC BỆNH
COVID-19**



1

Rửa tay với nước sạch và xà phòng (hoặc dung dịch rửa tay khô) thường xuyên vào các thời điểm:

- ▶ Trước khi vào lớp
- ▶ Trước và sau khi ăn
- ▶ Sau khi ra chơi, nghỉ giữa giờ
- ▶ Sau khi đi vệ sinh
- ▶ 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

Không dùng chung các đồ dùng cá nhân như cốc, bình nước, khăn mặt, khăn lau tay, gối, chăn...



5

Không khạc, nhổ bừa bãi



6

Bỏ rác đúng nơi quy định



7

Nếu bản thân hoặc thấy học sinh khác có sốt, ho, đau họng, khó thở thì báo ngay cho giáo viên chủ nhiệm

* Lưu ý: : Giáo viên hướng dẫn, giúp đỡ học sinh thực hiện đối với trẻ mầm non, học sinh tiểu học

**BỘ Y TẾ**

**CỤC QUẢN LÝ MÔI TRƯỜNG Y TẾ**

**Đường dây nóng của Bộ Y tế**
19003228
19009095

*** Những việc học sinh cần làm tại trường hàng ngày để phòng tránh mắc COVID -19 Cụ thể như sau :**

1. Rửa tay với nước sạch và xà phòng (hoặc dung dịch rửa tay khô) thường xuyên vào các thời điểm: Trước khi vào lớp; trước và sau khi ăn; sau khi ra chơi, nghỉ giữa giờ; sau khi đi vệ sinh, 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 tay sạch.
3. Không đưa tay lên mắt, mũi, miệng.
4. Không dùng chung các đồ dùng cá nhân, như: Cốc, bình nước, khăn mặt, khăn lau tay, gối, chăn...
5. Không khạc, nhổ bừa bãi.
6. Bỏ rác đúng nơi quy định.
7. Nếu bản thân hoặc thấy học sinh khác có sốt, ho, đau họng, khó thở thì báo ngay cho giáo viên chủ nhiệm.

*** Nhà trường cũng quy định và giáo viên hướng dẫn học sinh thực hiện các biện pháp phòng chống dịch bệnh Covid -19:**





Học sinh nhà trường nghiêm túc và tự giác thực hiện việc đo thân nhiệt và sát khuẩn tay nhanh trước khi vào lớp





Học sinh rửa tay với xà phòng dưới vòi nước sạch sau giờ tập thể dục





Trong lớp học , học sinh đeo khẩu trang đầy đủ và GV sắp xếp chỗ ngồi cho HS đảm bảo giãn cách để phòng chống dịch bệnh Covid -19.



Khi tan học, học sinh ra về ngay theo đúng phân luồng đảm bảo giãn cách

II, Khuyến cáo những việc học sinh cần làm tại nhà hàng ngày để phòng tránh mắc COVID -19.

NHỮNG VIỆC HỌC SINH CẦN LÀM TẠI NHÀ HÀNG NGÀY

Để phòng tránh mắc bệnh COVID-19



1 Súc miệng, họng bằng nước muối/nước súc miệng thường xuyên



6 Không khạc, nhổ bừa bãi



2 Giữ ấm cơ thể, Tập thể dục. Ăn chín, uống chín



7 Giữ nhà cửa sạch sẽ, thông thoáng, sử dụng quạt, không sử dụng điều hòa



3 Rửa tay với nước sạch và xà phòng thường xuyên (trước và sau khi ăn, sau khi đi vệ sinh, khi tay bẩn, sau khi đi chơi, đi học về nhà, sau khi tiếp xúc với vật nuôi)



8 Tự theo dõi sức khỏe. Nếu có sốt, ho, khó thở thì:
+ Báo cho nhà trường
+ Nghỉ ở nhà để theo dõi sức khỏe
+ Gọi điện cho đường dây nóng **1900.9095; 19003228** để được tư vấn. Đến cơ sở y tế để được khám, điều trị



4 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



9 Tránh tiếp xúc với người bị sốt, ho, khó thở. Giữ khoảng cách trên 2 mét và đeo khẩu trang nếu phải tiếp xúc



5 Không đưa tay lên mắt, mũi miệng



10 Tránh chỗ tập trung đông người, không tụ tập đông người

Lưu ý: Cha mẹ học sinh hướng dẫn, giúp đỡ và nhắc nhở học sinh thực hiện đối với trẻ mầm non, học sinh tiểu học, trung học cơ sở



BỘ Y TẾ



CỤC QUẢN LÝ MÔI TRƯỜNG Y TẾ



Đường dây nóng của Bộ Y tế
19003228
19009095

1. Súc miệng, họng bằng nước muối, nước súc miệng thường xuyên.
2. Giữ ấm cơ thể; tập thể dục; ăn chín, uống chín.
3. Rửa tay với nước sạch và xà phòng thường xuyên (trước và sau khi ăn, sau khi đi vệ sinh, khi tay bẩn, sau khi đi chơi, đi học về nhà, sau khi tiếp xúc với vật nuôi).
4. 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.
5. Không đưa tay lên mắt, mũi, miệng.
6. Không khạc, nhổ bừa bãi.
7. Giữ nhà cửa sạch sẽ, thông thoáng, sử dụng quạt, không sử dụng điều hòa.
8. Tự theo dõi sức khỏe. Nếu có sốt, ho, khó thở thì:
 - + Báo cho nhà trường.
 - + Nghỉ ở nhà để theo dõi sức khỏe.
 - + Gọi điện cho đường dây nóng 1900 9095 để được tư vấn. Đến cơ sở y tế để được khám, điều trị.
9. Tránh tiếp xúc với người bị sốt, ho, khó thở. Giữ khoảng cách trên 2 mét và đeo khẩu trang nếu phải tiếp xúc.
10. Tránh chỗ tập trung đông người, không tụ tập đông người.

Đối với học sinh trung học cơ sở, cha mẹ học sinh hướng dẫn, giúp đỡ và nhắc nhở học sinh thực hiện.

Dưới đây là một số hình ảnh bạn học sinh lớp 7A2 – Trường THCS Sài Đồng thực hiện nghiêm túc những việc cần làm tại nhà để phòng tránh mắc bệnh Covid -19.



Súc miệng, họng bằng nước muối, nước súc miệng thường xuyên



Rửa tay với nước sạch và xà phòng thường xuyên





Tập thể dục rèn luyện sức khỏe hàng ngày

Trường THCS Sài Đồng đã rất chủ động, tích cực triển khai các biện pháp phòng, chống dịch Covid-19. Tuy nhiên, bên cạnh sự nỗ lực của nhà trường, rất cần sự chung tay của cả cộng đồng, đặc biệt là các bậc phụ huynh và các em học sinh trong việc nêu cao ý thức tự giác chấp hành đầy đủ các biện pháp phòng dịch tại trường và tại nhà để các em có một năm học an toàn và đạt kết quả cao./.

Tác giả : Dương Thị Ngọc Bích