

Saugaus darbo organizavimo ir asmens higienos laikymosi  
Plungės rajono savivaldybės kultūros centre karantino dėl  
koronaviruso (COVID 19) laikotarpiu taisyklių  
priedas

**INFORMACIJA LANKYTOJAMS  
DĖL ASMENS HIGIENOS LAIKYMOŠI LANKANTIS PLUNGĖS RAJONO  
SAVIVALDYBĖS KULTŪROS CENTRE KARANTINO DĖL KORONAVIRUSO (COVID 19)  
LAIKOTARPIU**

1. Venkite tiesioginio fizinio kontakto su kitais asmenimis.
  2. Išlaikykite ne mažesnę kaip dviejų metrų atstumą nuo kitų asmenų.
  3. Lankantis Kultūros centre ir kitose viešose vietose būtinai dėvėkite nosį ir burną dengiančias apsaugos priemones (veido kaukę, respiratorių ar kitą priemonę), naudokite kitas apsaugos priemones (vienkartines pirštines, dezinfekcinį skystį).
  4. Panaudotas vienkartinės apsaugos priemones ir nosines išmeskite į šiukšlių dėžę.
  5. Plaukite rankas dažnai ir kruopščiai su vandeniu ir muilu ir (arba) dezinfekuokite jas dezinfekciniu skysčiu ar kitomis dezinfekcinėmis priemonėmis.
  6. Nelieskite veido (akių, nosies, burnos).
  7. Kosėdami ir čiaudėdami prisidengkite nosį ir burną nosinaite arba sulenkta alkūne.
  8. Draudžiama lankytis Kultūros centre sergantiems ar prastai besijaučiantiems asmenims.
  9. Draudžiama lankytis Kultūros centre asmenims, kuriems privaloma izoliacija, izoliacijos laikotarpiu.
-

Saugaus darbo organizavimo ir asmens higienos laikymosi  
Plungės rajono savivaldybės kultūros centre karantino dėl  
koronaviruso (COVID 19) laikotarpiu taisyklių  
priedas

**INFORMACIJA RIZIKOS GRUPĖS ASMENIMS  
DĖL LANKYMO SI PLUNGĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS KULTŪROS CENTRE  
KARANTINO DĖL KORONAVIRUSO (COVID 19) LAIKOTARPIU**

***INFORMUOJAME,***

kad ***nerekomenduojama*** lankytis Kultūros centre rizikos grupės asmenims, t.y. vyresnio nei 60-ies metų amžiaus asmenims ir (arba) segantiems lėtinėmis ligomis, nurodytomis Sunkių lėtinių ligų, dėl kurių ekstremalios situacijos ar karantino laikotarpiu asmeniui išduodamas nedarbingumo pažymėjimas sąraše, patvirtintame Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2020 m. kovo 23 d. įsakymu Nr. V-483 „Dėl sunkių lėtinių ligų, dėl kurių ekstremalios situacijos ar karantino laikotarpiu asmeniui išduodamas nedarbingumo pažymėjimas sąrašo patvirtinimo“: žmogaus imunodeficito viruso liga; piktybiniai navikai (jei liga diagnozuota ar buvo paūmėjimas ir jei po taikyto gydymo pabaigos nepraėjo 2 metai); cukrinis diabetas; širdies ir kraujagyslių ligos su lėtiniu širdies nepakankamumu 2-4 laipsnio; lėtinės kvėpavimo organų ligos su kvėpavimo nepakankamumu; lėtinės inkstų ligos su inkstų nepakankamumu; būklė po autologinės kaulų čiulpų ir organų transplantacijos; ligos, kurios šiuo metu gydomos bendra ar selektyvia chemoterapija ar radioterapija ir ligos, po kurių gydymo šiais metodais pabaigos nepraėjo 2 metai; ligos, kurios šiuo metu gydomos imunosupresija atitinkančia metilprednizolono 10 mg/kg per dieną ir ligos, nuo kurių gydymo šiuo būdu pabaigos nepraėjo 6 mėnesiai; įgimtas imunodeficitas; kitos sunkios lėtinės ligos, kai taikomas imunosupresinis gydymas. ir kitos.

---

# KAIP PLAUTI RANKAS?

Procedūros trukmė: 40 – 60 sek.



RANKAS SUDRĖKINTI VANDENIU



UŽPILTI MUILO, KAD PADENGTŲ VISUS PAVIRŠIUS



DELNA TRINTI Į DELNA



DEŠINIOSIOS RANKOS DELNĄ TRINTI KAIRIOSIOS PLAŠTAKOS VYRSŲ IR ATVIRKŠČIAI



SUGLAUSTI DELNUS, SUPINTI PIRŠTUS IR TRINTI



KIEKVIENOS RANKOS DELNŲ TRINTI KITOS RANKOS PIRŠTUS



SUKAMAISIAIS JUDESIAIS TRINTI NYKŠČIUS



SUKAMAISIAIS JUDESIAIS TRINTI KIEKVIENOS RANKOS DELNA



RANKAS PLAUTI VANDENIU



RANKAS SAUSINTI VIENKARTINIŲ RANKŠLUOSTŲ



ČIAUPĄ UŽDARYTI NAUDOJANT VIENKARTINĮ RANKŠLUOSTĄ



RANKAS SAUGIOS



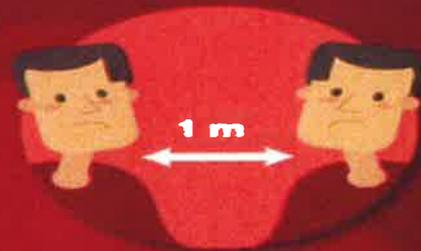
## Informacija SARS-CoV-2 sukeltos infekcijos COVID-19 prevencijai

Preventive information regarding the infections COVID-19 caused by coronavirus SARS-CoV-2



Kosėdamas ar čiaudėdamas užsidenk burną ir nosį servetėle. Panaudotą servetėlę išmesk į šiukšlinadėžę.

Follow the sneezing etiquette by sneezing to a paper napkin. Dispose of the used napkin.



Laikykis saugaus, bent 1 metro atstumo nuo galimai sergančių asmenų.

Maintain at least 1 metre distance from anyone who is coughing or sneezing.



Neliesk rankomis savo akis, nosies ir burnos.

Avoid touching eyes, nose and mouth.



Dažnai plauk rankas muilu ir šiltu vandeniu apie 20 sekundžių. Jei muilo ir vandens nėra, rankų higienai naudok spiritingas servetėles.

Wash your hands often with warm water and soap for at least 20 seconds. If there is no soap or water, use alcohol wipes for the hygiene.