

TOWARZYSTWO SPORTOWE „WISŁA” KRAKÓW

Towarzystwo Sportowe
„Wisła”
ul. Reymonta 22
30-059 Kraków
NIP 677-005-24-67

WEWNĘTRZNA PROCEDURA ZAPOBIEGAWCZA DLA ZAWODNIKÓW I TRENERÓW TS WISŁA KRAKÓW przeciwdziałająca szerzeniu się koronawirusa SARS-CoV-2

1. W przypadku osłabienia lub gorszego samopoczucia związanego z możliwością wystąpienia infekcji dróg oddechowych lub jej objawami:
 - a. skontaktuj się z lekarzem, poinformuj przełożonego i za jego zgodą pozostań w domu.
 - b. zaleca się również kontakt z właściwą stacją sanitarno-epidemiologiczną oraz zapoznanie się z materiałami dostępnymi na stronie Ministerstwa Zdrowia, pod adresem: <https://www.gov.pl/web/zdrowie/comusz-wiedziec-o-koronawirusie>.
2. Przełożony po uzyskaniu informacji od pracownika, o której mowa w pkt 1a, zobowiązany jest w porozumieniu z pracownikiem określić miejsce i zakres obowiązków do wykonania.
3. Dokładnie i często myj dłonie, co najmniej przez 30 sekund. Mycie rąk jest wskazane w szczególności przed i po konsumpcji posiłku czy skorzystaniu z toalety. Wskazane jest również korzystanie ze środków do dezynfekcji rąk i przedmiotów najczęstszego użytku.
4. Unikaj kontaktu dłoni z ustami, nosem i oczami.
5. Unikaj bezpośredniego kontaktu fizycznego z innymi osobami. Powitania i pożegnania przeprowadzaj na dystans.
6. Unikaj przebywania w zasięgu bliższym niż 2 metry od innych osób.
7. Odwróć się, gdy druga osoba kaszle lub kicha.
8. Kaszląc lub kichając, zasłoń twarz wewnętrzną stroną łokcia. Zasłonięcie twarzy dłonią implikuje transmisję cząsteczek wirusa na później używane przedmioty.
9. Unikaj bezpośredniego kontaktu fizycznego z obiektami potencjalnie pośredniczącymi w transmisji cząsteczek wirusa (zużyte chusteczki, cudzy telefon, butelka itd.). Nie korzystaj z cudzych przedmiotów osobistego użytku i unikaj udostępniania innym osobom własnych przedmiotów osobistego użytku.
10. W miarę możliwości unikaj bezpośredniej bliskości zgromadzeń i skupisk ludzi.
11. Zastając współpracownika w pomieszczeniach o ograniczonej przestrzeni (np. łazienka), przed wejściem do pomieszczenia poczekaj aż je opuści.
12. Unikaj przebywania w pomieszczeniach o ograniczonej przestrzeni.
13. Odżywiaj się w sposób prawidłowy i zbilansowany, unikaj stresu, używek i antybiotyków, uprawiaj ruch, wysypiaj się – dbaj o odporność.
14. W miarę możliwości prowadź kontakt ze współpracownikami poprzez drogę elektroniczną.
15. Wskazane jest korzystanie z maseczek ochronnych z filtrem HEPA oraz odpowiedniej osłony oczu.
16. Unikaj podróży za pomocą środków zbiorowego transportu innych niż udostępnione przez pracodawcę.
17. W przypadku zaobserwowania potencjalnych objawów koronawirusa u współpracownika, poinformuj przełożonego.
18. Wewnętrzna procedura zapobiegawcza dla zawodników i trenerów TS Wisła Kraków przeciwdziałająca szerzeniu się koronawirusa SARS-CoV-2 wchodzi w życie z dniem 4 maja 2020 r. i obowiązuje do dnia odwołania.



Akademia Wisły CANPACK Kraków


Michał Sumara
Koordynator Szkolenia

ul. Reymonta 22, 30-059 Kraków Numer KRS: 0000127464 NIP: 677 005 24 67 Regon: 007014962
ORGANIZACJA POŻYTKU PUBLICZNEGO

 tswisla.pl

 sekretariat@tswisla.pl

 (12) 630 45 00

 TOWARZYSTWO SPORTOWE WISŁA KRAKÓW

 tswislakrakow1906

 TSWislaKrakow

