

WYDZIAŁ ZDROWIA  
URZĄD MIEJSKI W SOSNOWCU  
41-200 SOSNOWIEC

WZO.8031.11.1.2020.AS

PREZYDENT

ARKADIUSZ CIUCHIŃSKI

13.03.20

Sosnowiec, dnia

URZĄD MIEJSKI w SOSNOWCU BIURO RADY MIEJSKIEJ	
Wpłynęło	2020 -03- 13
L. dz. ....	zat. ....
Podpis .....	

*Szanowna Pani  
Joanna Jończyk  
Przewodnicząca Komisji  
Zdrowia, Rodziny i Opieki Społecznej*

*Szanowna Pani Przewodnicząca,*

Przekazuję w załączeniu materiał dotyczący tematyki posiedzenia Komisji Zdrowia, Rodziny i Opieki Społecznej w dniu 19.03.2020r. w zakresie:

**„Informacja na temat przygotowania miasta Sosnowca na okoliczność zakażenia koronawirusem”.**

**Z poważaniem**

Pełnomocnik Prezydenta Miasta Sosnowca  
ds. Funduszy Europejskich i Polityki Społecznej

*Anna Jedynak*

NACZELNIK  
WYDZIAŁU ZDROWIA

*Halina Czarna*

13.03.20r - podł 8:00

Materiał opracowano na podstawie informacji zawartych na stronach internetowych Głównego Inspektora Sanitarnego <https://gis.gov.pl/>, Ministerstwa Zdrowia <https://www.gov.pl/web/koronawirus>, Urzędu Miejskiego w Sosnowcu oraz informacji otrzymanych z Wydziału Bezpieczeństwa i Zarządzania Kryzysowego i Zakładu Lecznictwa Ambulatoryjnego.

## PODSTAWOWE INFORMACJE O KORONAWIRUSIE

Koronawirus SARS-Cov-2 wywołuje chorobę o nazwie COVID-19. Choroba najczęściej objawia się gorączką, kaszlem, dusznościami, bólami mięśni, zmęczeniem. Wirus przenosi się drogą kropelkową.

### **Jak często występują objawy?**

Ciężki przebieg choroby obserwuje się u ok. 15-20% osób. Do zgonów dochodzi u 2-3% osób chorych. Prawdopodobnie dane te są zawyżone, gdyż u wielu osób z lekkim przebiegiem zakażenia nie dokonano potwierdzenia laboratoryjnego.

### **Kto jest najbardziej narażony?**

Najbardziej narażone na rozwinięcie ciężkiej postaci choroby i zgon są osoby starsze, z obniżoną odpornością, którym towarzyszą inne choroby, w szczególności przewlekłe.

### **Jak się zabezpieczyć przed koronawirusem?**

Aktualnie nie ma szczepionki przeciw koronawirusowi. Można natomiast stosować metody zapobiegania zakażeniu, które przedstawiono poniżej (Zalecenia).

Metody te stosuje się również w przypadku zapobiegania innym chorobom przenoszonym drogą kropelkową np. grypie sezonowej (w przypadku której szczyt zachorowań przypada w okresie od stycznia do marca każdego roku).

## ZALECENIA

### **Często myj ręce**

Należy pamiętać o częstym myciu rąk używając mydła i wody, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60%). Mycie rąk zabija wirusa jeśli znajduje się on na rękach. Dlatego częste mycie rąk zmniejsza ryzyko zakażenia.

Należy unikać dotykania oczu, nosa i ust. Dotknięcie ich zanieczyszczonymi rękami może spowodować przeniesienie się wirusa z powierzchni na siebie. Jak skutecznie dezynfekować ręce przedstawia załącznik do materiału.

### **Regularnie myj lub dezynfekuj powierzchnie dotykowe oraz telefon**

Powierzchnie dotykowe w tym biurka, lamy i stoły, klamki, włączniki światła, poręcze muszą być regularnie przecierane z użyciem wody i detergentu lub środka dezynfekcyjnego. Wszystkie miejsca, z których często korzystają domownicy powinny być starannie dezynfekowane.

Na powierzchni telefonów komórkowych bardzo łatwo gromadzą się chorobotwórcze drobnoustroje. Należy regularnie dezynfekować swój telefon komórkowy (np.: wilgotnymi chusteczkami nasączonymi środkiem dezynfekującym), nie kłaść telefonu na stole i nie korzystać z niego podczas spożywania posiłków.

### **Zachowaj bezpieczną odległość od rozmówcy**

Należy zachować co najmniej 1-1,5 metr odległości między sobą a innymi ludźmi, szczególnie tymi, którzy kaszlą, kichają i mają gorączkę.

### **Stosuj zasady ochrony podczas kichania i kaszlu**

Podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce używając mydła i wody lub zdezynfekować je środkami na bazie alkoholu (min. 60%). Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków, w tym wirusów.

### **Odżywiaj się zdrowo i pamiętaj o nawodnieniu organizmu**

Należy stosować zrównoważoną dietę, unikać wysoko przetworzonej żywności, pamiętać o codziennym jedzeniu minimum 5 porcji warzyw i owoców oraz o odpowiednim nawadnianiu organizmu (codziennie ok. 2 litry płynów (najlepiej wody)).

**WAŻNE!** Należy pamiętać, że duże skupiska ludzi to środowisko sprzyjające rozprzestrzenianiu się koronawirusa i innych wirusów przenoszonych drogą kropelkową.

W przypadku **seniorów**, jeżeli to możliwe, należy ograniczyć przebywanie w miejscach publicznych i poprosić bliskich o pomoc w codziennych czynnościach, takich jak zakupy, zaopatrzenie w leki, załatwianie spraw urzędowych i pocztowych.

Niepokój to naturalny odruch w przypadku występowania nowego zagrożenia zdrowotnego.

**Należy korzystać ze sprawdzonych źródeł wiedzy opartych na dowodach naukowych.**



## W PRZYPADKU PODEJRZENIA U SIEBIE KORONAWIRUSA

Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni przebywałeś na obszarach, na których występuje koronawirus bądź miałeś kontakt z osobą zarażoną i masz takie objawy jak: gorączka, kaszel, duszności lub miałeś kontakt z osobą, u której potwierdzono zakażenie:

- bezzwłocznie należy powiadomić telefonicznie stację sanitarno-epidemiologiczną

**całodobowa Infolinia Powiatowej Stacji Sanitarnej-Epidemiologicznej w Sosnowcu**

**na temat koronawirusa**

**500 060 599**

**całodobowa Infolinia Wojewódzkiej Stacji Sanitarnej-Epidemiologicznej w Katowicach**

**na temat koronawirusa**

**539 963 856; 606 326 142; 606 488 680; (32) 351 23 00**

lub

- zgłosić się do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego

1. **Szpital Specjalistyczny Nr 1 w Bytomiu** ul. Żeromskiego 7 oddz. Al. Legionów 49, tel. 32 281 92 41 (do 3);
2. **Szpital Specjalistyczny w Chorzowie** ul. Zjednoczenia 10 tel. 32 34 63 650;
3. **Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Cieszynie** ul. Bielska 4, tel. 33 852 05 11;
4. **Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. N.M.P. w Częstochowie**  
Oddział przy ul. PCK 7, tel. 34 367 30 00 wew. 3874, 3872, 3015, 3091, 3873;
5. **Szpital Rejonowy im. Dr Józefa Rostka w Raciborzu** ul. Gamowska 3 tel. 32 755 37 37, 32 755 53 69, 32 755 53 73 (do 75);
6. **Megrez Sp. z o.o. Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Tychach** ul. Edukacji 102 tel. 32 325 51 71, 32 325 53 04;
7. **Szpital Powiatowy w Zawierciu** ul. Miodowa 14 tel. 32 67 402 00, 32 674 0 291, 32 674 02 92.

**Narodowy Fundusz Zdrowia** uruchomił także specjalną infolinię w zakresie informacji o postępowaniu w sytuacji wątpliwości podejrzenia koronawirusa.

Infolinia działa całodobowo, siedem dni w tygodniu pod numerem telefonu **800-190-590**.

## INFORMACJA NA TEMAT PRZYGOTOWANIA MIASTA SOSNOWCA NA OKOLICZNOŚĆ ZAKAŻENIA KORONAWIRUSEM

### **Zdrowie**

Rejonowe Pogotowie Ratunkowe oddało do dyspozycji tzw. **karetkę zakaźną**.

W **Szpitalach** funkcjonujących na terenie Sosnowca w związku z trudną sytuacją epidemiologiczną i zwiększonym ryzykiem zachorowań na infekcje wirusowe, w trosce o zapewnienie bezpieczeństwa pacjentów, osób odwiedzających oraz personelu, został wprowadzony całkowity zakaz odwiedzin na wszystkich oddziałach:

- Sosnowieckiego Szpitala Miejskiego Sp. z o.o. ul. Zegadłowicza 3, ul. Szpitalna 1
- Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego Nr 5 im. Św. Barbary Pl. Medyków 1 (wstrzymano również przyjęcia w przyszpitalnych poradniach specjalistycznych).
- Centrum Pediatrii im. Jana Pawła II Sp. z o.o. ul. Gabrieli Zapolskiej 3 (wstrzymano również przyjęcia w przyszpitalnych poradniach specjalistycznych).

Zakaz obowiązuje do odwołania.

W związku z **wystąpieniem w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym Nr 5 im. św. Barbary w Sosnowcu jednego przypadku zachorowania na koronawirus SARS-Cov-2** wywołujący chorobę COVID-19, Oddział Chorób Wewnętrznych, Oddział Diabetologii i Chorób Metabolicznych z Pododdziałem Stopy Cukrzycowej oraz Szpitalny Oddział Ratunkowy zostały **objęte kwarantanną**.

Przyjęcia planowane na oddziały objęte kwarantanną nie zostaną zrealizowane.

Dbając o zdrowie i bezpieczeństwo mieszkańców, Szpital podejmuje działania prewencyjne, odwołując **od 13 marca** do odwołania wszystkie wizyty w Poradniach Specjalistycznych.

Realizowane będą przyjęcia na Oddziały Szpitalne wyłącznie w trybie pilnym.

**Domy Pomocy Społecznej** w Sosnowcu w trosce o zdrowie mieszkańców wprowadziły zakaz odwiedzin i opuszczania budynków do odwołania. Wyjątek stanowią sytuacje związane z ratowaniem zdrowia i życia mieszkańców.

**Dzienne Domy Pomocy Społecznej** zostają zamknięte do odwołania.



**Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego** wprowadził następujące działania w swoich przychodniach rejonowo – specjalistycznych:

- Wszyscy pracownicy ponownie zapoznali się z procedurą postępowania z pacjentem podejrzanym o chorobę zakaźną;
- Rozwieszono plakaty informacyjne w każdej z przychodni;
- Zakupiono maseczki twarzowe z filtrem, odzież ochronną, gogle i przyłbice ochraniające twarz, jednorazowe rękawiczki;
- Na korytarzach i przy windzie na każdym piętrze umieszczono pojemniki z płynem dezynfekcyjnym do rąk z instrukcją użycia płynu;
- Ogranicza się badania planowane dla zdrowych pacjentów z zewnątrz (np. umowy z firmami zewnętrznymi na RTG);

Dyrekcja na bieżąco monitoruje ilość przyjętych pacjentów, przekazuje komunikaty i zalecenia do wszystkich przychodni. Z Kierownikami przychodni zorganizowano spotkania, na których omówiono wytyczne dotyczące postępowania z pacjentami, u których podejrzewa się zakażenie.

**ZLA** oraz **Przychodnia Milowice Sp. z o.o.** wprowadziło **teleporady** dla swoich pacjentów w podstawowej opiece zdrowotnej i w poradniach specjalistycznych.

Pacjenci dzięki teleporadzie medycznej mogą otrzymać zalecenia, e-zwolnienie, e-receptę **lub sugestię bezpośredniej wizyty w placówce lub kontaktu ze stacją sanitarno-epidemiologiczną, jeśli będzie taka konieczność.**

Teleporady medyczne ograniczają ryzyko rozprzestrzeniania się koronawirusa, ułatwiają izolację osób, które mogą zarażać wirusem innych, rozwiewają obawy, jeśli sytuacja jest niegroźna, skrócą czas oczekiwania na wizyty u lekarzy.

Jednocześnie nie ma obaw, że teleporady uniemożliwią bezpośrednie wizyty u lekarzy. Jeśli po zdalnym wywiadzie będzie taka konieczność, pacjenci otrzymają sugestię skorzystania z wizyty w placówce medycznej lub skontaktowania się ze stacją sanitarno-epidemiologiczną.

Szczegóły w linku dostępnym na stronie internetowej Urzędu Miejskiego: [http://www.sosnowiec.pl/miasto/aktualnosci/k1,17,wiadomosci/id,16782.koronawirus\\_-\\_zamkniete\\_szkoly\\_przedszkola\\_zlobki.html](http://www.sosnowiec.pl/miasto/aktualnosci/k1,17,wiadomosci/id,16782.koronawirus_-_zamkniete_szkoly_przedszkola_zlobki.html)

Wykaz Przychodni ZLA świadczących teleporady wraz z danymi tele-adresowymi w załączniku.

Według stanu na 13 marca w Polsce potwierdzono 58 przypadków zakażenia koronawirusem. Jedna osoba nie żyje.

**Tabela zachorowań**

województwo	miasto/powiat	liczba	liczba zgonów
śląskie	Chorzów	1	
	cieszyński	3	
	zawierciański	1	
	Rybnik	5	
	Sosnowiec	1	
lubelskie	janowski	2	
małopolskie	Kraków	1	
podkarpackie	leżajski	5	
lubelskie	Lublin	5	
łódzkie	Łódź	3	
dolnośląskie	oleśnicki	1	
	Wrocław	7	
warmińsko-mazurskie	Olsztyn	3	
	szczywieński	1	
zachodniopomorskie	policki	1	
	stargardzki	2	
wielkopolskie	Poznań	5	1
mazowieckie	pruskowski	1	
	warszawa	6	
lubuskie	słubicki	1	
opolskie	strzelecki	2	
łódzkie	tomaszowski	1	
		<b>58</b>	<b>1</b>

W Sosnowcu potwierdzono 1 przypadek zakażenia koronawirusem.

**11 marca** Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) ogłosiła **stan pandemii**. Minister zdrowia prof. Łukasz Szumowski podał, że w drodze rozporządzenia zostanie w Polsce wprowadzony stan zagrożenia epidemicznego zgodnie z ustawą o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi.

To oznacza, że w kolejnych rozporządzeniach minister zdrowia może wprowadzić np.:

- czasowe ograniczenie określonego sposobu przemieszczania się,
- czasowe ograniczenie lub zakaz obrotu i używania określonych przedmiotów lub produktów spożywczych,
- czasowe ograniczenie funkcjonowania określonych instytucji lub zakładów pracy,

- zakaz organizowania widowisk i innych zgromadzeń ludności,
- obowiązek wykonania określonych zabiegów sanitarnych, jeżeli wykonanie ich wiąże się z funkcjonowaniem określonych obiektów produkcyjnych, usługowych, handlowych lub innych obiektów,
- nakaz udostępnienia nieruchomości, lokali, terenów i dostarczenia środków transportu do działań przeciwepidemicznych przewidzianych planami przeciwepidemicznymi.

## **Oświata**

Zgodnie z decyzją Ministra Edukacji Narodowej wynikającą z konieczności zapobiegania rozprzestrzenianiu się koronawirusa **od 12 do 25 marca** zostało czasowo ograniczone funkcjonowanie jednostek **systemu oświaty**. W tym okresie żłobki, przedszkola, szkoły i placówki oświatowe zarówno publiczne, jak i niepubliczne nie będą prowadziły zajęć dydaktyczno-wychowawczych.

W dniach 12 i 13 marca w żłobkach, przedszkolach i szkołach podstawowych nie odbywały się zajęcia dydaktyczno-wychowawcze, a jedynie zajęcia opiekuńcze.

**Zawieszenie zajęć dydaktyczno-wychowawczych** dotyczy przedszkoli, szkół i placówek oświatowych (publicznych i niepublicznych), z wyjątkiem:

- poradni psychologiczno-pedagogicznych;
- specjalnych ośrodków szkolno-wychowawczych;
- młodzieżowych ośrodków wychowawczych, młodzieżowych ośrodków socjoterapii, specjalnych ośrodków wychowawczych, ośrodków rewalidacyjno-wychowawczych;
- przedszkoli i szkół w podmiotach leczniczych i jednostkach pomocy społecznej;
- szkół w zakładach poprawczych i schroniskach dla nieletnich;
- szkół przy zakładach karnych i aresztach śledczych.

W okresie czasowego ograniczenia funkcjonowania jednostek systemu oświaty nauczycielom pozostającym w gotowości do pracy przysługuje wynagrodzenie ustalone na podstawie Kodeksu Pracy (art. 81 § 1).

Zaleca się odwołanie wycieczek, wyjść i szkolnych wymian międzynarodowych.



Na stronie internetowej Urzędu Miejskiego w Sosnowcu zamieszczone zostały informacje dla dyrektorów placówek oświaty, nauczycieli, rodziców oraz uczniów odnośnie postępowania w okresie do 25 marca:

[http://www.sosnowiec.pl/miasto/aktualnosci/k1,17,wiadomosci/id,16782,koronawirus\\_-\\_zamkniete\\_szkoly\\_przedszkola\\_zlobki.html](http://www.sosnowiec.pl/miasto/aktualnosci/k1,17,wiadomosci/id,16782,koronawirus_-_zamkniete_szkoly_przedszkola_zlobki.html)

**Główny Inspektor Sanitarny apeluje**, aby czas wolny od zajęć lekcyjnych nie stanowił pretekstu do zintensyfikowania kontaktów towarzyskich. To czas mądrych wyborów zdrowotnych. Wszyscy jesteśmy odpowiedzialni za zdrowie swoje i swoich najbliższych. Zachowujmy się odpowiedzialnie.

### **Pozostałe**

**Od 12 do 25 marca** zamknięte zostają wszystkie **obiekty sportowe** (baseny, hale i lodowisko oraz towarzyszące im sale/pomieszczenia) oraz **obiekty kulturalne** (teatr, domy kultury, muzeum).

Do **25 marca** włącznie **imprezy miejskie** w obiektach zamkniętych zostały odwołane lub przesunięte a **wydarzenia sportowe** będą organizowane bez udziału publiczności. Śląski Związek Piłki Nożnej przekłada rozgrywki niższych lig.

Odwołane zostały wydarzenia jubileuszowe z udziałem **seniorów**.

**PKM Sosnowiec** dodatkowo dezynfekuje autobusy. Wyłączono tzw. "ciepły przycisk" a wszystkie drzwi są otwierane przez kierowców.

### **URZĄD MIEJSKI**

Mając na uwadze odpowiedzialność pracodawcy za stan bezpieczeństwa i higieny pracy oraz obowiązek ochrony przez pracodawcę zdrowia i życia pracowników jak również interesantów przez zapewnienie bezpiecznych i higienicznych warunków pracy **od 13 marca**

**Urząd Miejski pozostaje zamknięty** dla interesantów.

Z uwagi na konieczność zabezpieczenia interesów mieszkańców, z każdego wydziału udostępnione będą dwa numery telefonów, pod którymi pracownicy będą udzielać informacji mieszkańcom jak załatwiać sprawy, które są w kompetencji danego wydziału.

**Prezydent Pan Arkadiusz Chęciński** wystosował prośbę do mieszkańców Sosnowca o **zachowanie szczególnych środków ostrożności i maksymalne ograniczenie wizyt** w instytucjach działających na terenie miasta. Podkreślić należy, że większość spraw można załatwić za pośrednictwem usługi ePUAP.

**Od 12 marca**, do odwołania, wyłączony został z użytkowania **wpłatomat** w Urzędzie Miejskim. Wpłat można dokonywać w bankach ale mieszkańcy proszeni są o ich dokonywanie, w razie możliwości, poprzez internet.

### **POZOSTAŁE INSTYTUCJE**

Instytucje na terenie miasta wprowadziły ograniczenia w obsłudze interesantów, m.in.:

**Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej** - od 12 marca obsługa interesantów odbywać się będzie w wyznaczonych pokojach lub pod numerami telefonów. Szczegóły na stronie:

[http://www.sosnowiec.pl/miasto/aktualnosci/k1,17,wiadomosci/id,16785,funkcjonowanie\\_miejskiego\\_osrodka\\_pomocy\\_spoecznej.html](http://www.sosnowiec.pl/miasto/aktualnosci/k1,17,wiadomosci/id,16785,funkcjonowanie_miejskiego_osrodka_pomocy_spoecznej.html)

Petenci proszeni są również o wcześniejszy kontakt telefoniczny.

**Sąd Rejonowy** w Sosnowcu czasowo ograniczył działalność poprzez nieprzyjmowanie interesantów **od dnia 12.03.2020r. do dnia 27.03.2020r.** Załatwianie spraw i udzielanie informacji odbywać się będzie wyłącznie za pośrednictwem operatora pocztowego, drogą elektroniczną (mail) bądź telefonicznie.

Decyzję o odwołaniu wyznaczonych rozpraw pozostaje w gestii sędziów. Zaleca się ograniczenie rozpoznawania spraw jedynie do spraw pilnych, zalecając przeprowadzenie ich na wyznaczonej sali rozpraw zapewniającej bezpieczne i higieniczne warunki dla Sędziów, pracowników i uczestników postępowania.

O odwołaniu rozprawy strony postępowania zostaną w miarę możliwości powiadomione telefonicznie przez pracowników sekretariatów. W przypadku konieczności dodatkowych ustaleń lub uzyskania informacji o wyznaczonym terminie rozprawy należy kontaktować się telefonicznie lub mailowo z sekretariatami poszczególnych wydziałów. Numery telefonów dostępne są na stronie internetowej Sądu Rejonowego w Sosnowcu.

**Urząd Skarbowy** w związku z zagrożeniem koronawirusem i wskazaniem ograniczania przebywania w zatłoczonych pomieszczeniach poinformował, że mogą być wprowadzone ograniczenie dostępności budynków urzędu skarbowego dla klientów tylko do sal obsługi podatnika, a liczba osób przebywających jednocześnie w urzędzie ograniczona może być przez ochronę. Działania te będą dostosowane do warunków lokalowych i organizacyjnych.

Ministerstwo Finansów (MF) i Krajowa Administracja Skarbowa (KAS) zachęcają do korzystania z e-usług oraz kontaktu z urzędami skarbowymi poprzez e-PUAP i infolinie.

Twój e-PIT i e-Deklaracje pozwalają na rozliczanie podatków bez wizyty w urzędzie skarbowym. Więcej informacji na [podatki.gov.pl](http://podatki.gov.pl).

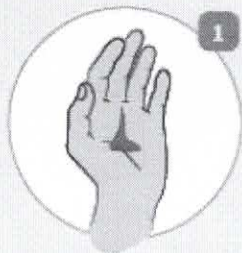
**Sosnowieckie Wodociągi** poinformowały, że w związku z sytuacją epidemiologiczną oraz zgodnie z zaleceniami służb sanitarnych dział sprzedaży i obsługi klienta wraz z kasą zostały zamknięte **od dnia 12.03.2020r.** aż do odwołania. W łazienkach w pojemnikach na mydło znajduje się mydło z 5% alkoholem, a w miejscach kluczowych umieszczone zostały pojemniki ze środkiem dezynfekującym na bazie alkoholu.



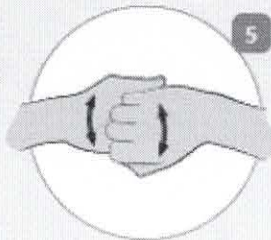
# Jak skutecznie dezynfekować ręce?

Użyj środka do dezynfekcji rąk,  
który zawiera co najmniej 60% alkoholu.

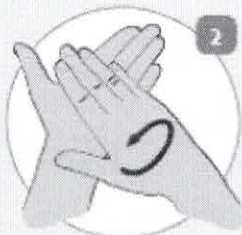
Czas trwania:  
do wyschnięcia  
dłoni



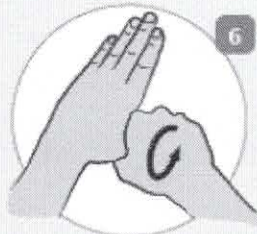
1 Nanieś taką ilość preparatu, aby dłonie były całkowicie zwilżone



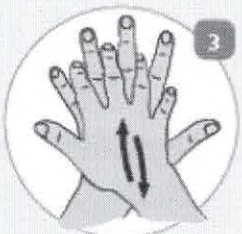
5 Pocierał górną część palców prawej dłoni o wewnętrzną część lewej dłoni i odwrotnie



2 Pocierał dłoń o dłoń rozprowadzając preparat na całą powierzchnię



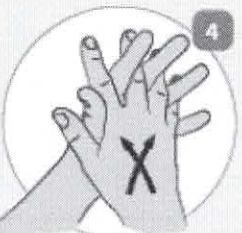
6 Ruchem obrotowym pocierał kciuk lewej dłoni wewnętrzną częścią prawej dłoni i odwrotnie



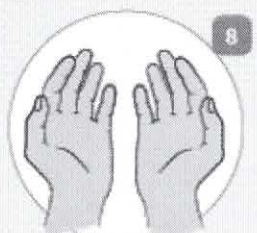
3 Pocierał wewnętrzną częścią prawej dłoni o grzbietową część lewej dłoni i odwrotnie



7 Ruchem okrężnym opuszkami palców prawej dłoni pocierał wewnętrzne zagłębienie lewej dłoni i odwrotnie



4 Spleć palce i pocierał wewnętrznymi częściami dłoni



8 Po wyschnięciu ręce są zdezynfekowane

Ministerstwo Zdrowia



PRZYCHODNIA REJONOWO-SPECJALISTYCZNA NR 1 W SOSNOWCU					
Kod świadczeniodawcy	Nazwa świadczeniodawcy	Produkt kontraktowy	Adres miejsca realizacji świadczeń	Harmonogram świadczeń udzielanych na odległość przy użyciu systemów teleinformatycznych lub systemów łączności tzw. teleporady	Telefon, pod którym pacjent uzyska świadczenie teleporady
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA LEKARZA POZ	Sosnowiec, ul. Wojska Polskiego 19	OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 14:00-14:30 ORAZ W PONIEDZIAŁKI ŚRODY 17:30-18:00	32 269 88 62
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA PIELĘGNIARKI POZ	Sosnowiec, ul. Wojska Polskiego 19	OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 10:00-10:30	32 269 88 70
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA POŁOŻNEJ POZ	Sosnowiec, ul. Wojska Polskiego 19	OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 08:00-08:30	32 269 88 69

PRZYCHODNIA REJONOWO-SPECJALISTYCZNA NR 4 W SOSNOWCU					
Kod świadczeniodawcy	Nazwa świadczeniodawcy	Produkt kontraktowy	Adres miejsca realizacji świadczeń	Harmonogram świadczeń udzielanych na odległość przy użyciu systemów teleinformatycznych lub systemów łączności tzw. teleporady	Telefon, pod którym pacjent uzyska świadczenie teleporady
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA LEKARZA POZ	Sosnowiec, ul. Nowopogońska 57	OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 11:00-11:30	32 296 41 31
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA PIELĘGNIARKI POZ	Sosnowiec, ul. Nowopogońska 57	OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 10:00-10:30	32 296 41 34
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA POŁOŻNEJ POZ	Sosnowiec, ul. Nowopogońska 57	WTOREK I CZWARTEK 13:00-14:00	32 296 41 45

PRZYCHODNIA REJONOWO-SPECJALISTYCZNA NR 9 W SOSNOWCU					
Kod świadczeniodawcy	Nazwa świadczeniodawcy	Produkt kontraktowy	Adres miejsca realizacji świadczeń	Harmonogram świadczeń udzielanych na odległość przy użyciu systemów teleinformatycznych lub systemów łączności tzw. teleporady	Telefon, pod którym pacjent uzyska świadczenie teleporady
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA LEKARZA POZ	Sosnowiec, ul. Wawel 15	OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 11:30-12:00 ORAZ W PONIEDZIAŁKI, ŚRODY I CZWARTKI: 17:30-18:00	32 368 48 00
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA PIELĘGNIARKI POZ	Sosnowiec, ul. Wawel 15	OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 10:00-10:30	32 368 48 33
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA POŁOŻNEJ POZ	Sosnowiec, ul. Wawel 15	OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 08:00-08:30	32 368 48 12

PRZYCHODNIA REJONOWO-SPECJALISTYCZNA NR 10 W SOSNOWCU					
Kod świadczeniodawcy	Nazwa świadczeniodawcy	Produkt kontraktowy	Adres miejsca realizacji świadczeń	Harmonogram świadczeń udzielanych na odległość przy użyciu systemów teleinformatycznych lub systemów łączności tzw. teleporady	Telefon, pod którym pacjent uzyska świadczenie teleporady
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA LEKARZA POZ	Sosnowiec, ul. Hallera 5	OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 10:30-11:00 ORAZ WE WTORKI 17:30-18:00	32 291 55 20
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA PIELĘGNIARKI POZ	Sosnowiec, ul. Hallera 5	OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 10:00-10:30	32 291 37 87 wewnętrzny: 116
125/100520/01/2020	Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu	ŚWIADCZENIA POŁOŻNEJ POZ	Sosnowiec, ul. Hallera 5	PONIEDZIAŁEK, ŚRODA, PIĄTEK 08:00-08:40	32 291 37 87 wewnętrzny: 105

12