

# 2020

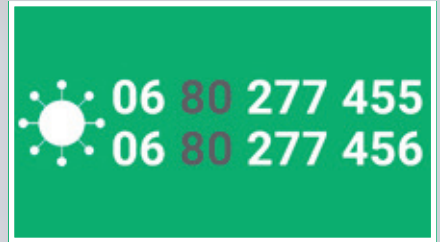
## KÜLÖNSZÁM

### ÖNNEK CÍMEZVE

AZ  
OROSZLÁNYI  
MÉDIACENTRUM kiadványa

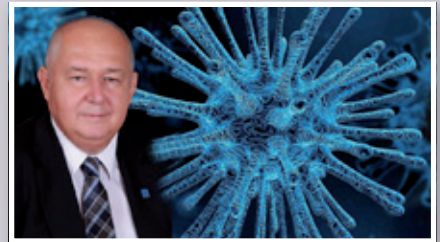
## KÜLÖNSZÁMUNKBÓL:

Egyelőre nincs Magyarországon koronavírus-járvány, de hogy ne is legyen, ahhoz szeretnénk segítséget nyújtani ezzel a különszámmal.



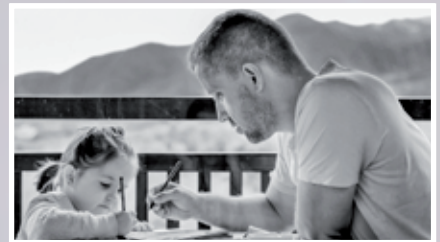
### Zöld szám, 0-24

A Nemzeti Népegészségügyi Központ (NNK) ingyenesen hívható zöldszámokat hozott létre a koronavírussal kapcsolatos lakossági megkeresések gyors és szakszerű megválaszolása érdekében.



### Lakossági tájékoztató

a koronavírus-fertőzés megelőzése érdekében tett önkormányzati helyi intézkedésekről. **3. oldal**



### Mit mondjunk a gyerekeknek?

A koronavírusról gyermeklélektani szempontból. Deliága Éva gyermekpszichológus írása. **4. oldal**



### Változó helyzet

Újságunk a 2020 március 15-én ismert állapotokat, információkat tartalmazza. A folyamatosan változó helyzet követéséhez számos hivatkozást találnak oldalainkon, elsősorban hivatalos, megbízható internetes oldalakat. **8. oldal**



Keresse újságunkat a facebook-on és az [oroszlanyimedia.hu](http://oroszlanyimedia.hu) oldalon is!

## Kihirdették a veszélyhelyzetet

Magyarország kormánya az Operatív Törzs javaslatait megvitattva úgy döntött, hogy rendkívüli jogrendet és veszélyhelyzetet rendel el az ország teljes területére. Ennek értelmében beutazási tilalmat vezetnek be négy országgal kapcsolatban, valamint az egyetemeken intézménylátogatási tilalmat rendeltek el, ezeken csak távoktatás lehetséges. A kormány megtiltotta a 100 főnél nagyobb beltéri, valamint az 500 főnél nagyobb kültéri rendezvények megtartását is – áll a 2020. március 11-én kiadott közleményben.



## Más is kiválthatja az eReceptet!

Március 13-tól bárki kiválthatja hozzátartozója, barátja, ismerőse gyógyszereit. Prof. Dr. Kásler Miklós, az emberi erőforrások minisztere ugyanis rendeletben egyszerűsítette az e-recept kiváltásának feltételeit. A rendelet szerint a kormány által kihirdetett veszélyhelyzetben a patikák a gyógyszer kiadását felírási igazolás és meghatalmazás nélkül is teljesítik



azon személy részére, aki közli a beteg TAJ-számát, és saját személyazonosító adatait is hitelt érdemlően igazolja. A patikák csupán a gyógyszert átvevő személy adatait rögzítik, és kiadják számára a receptre felírt gyógyszereket.” Forrás: Az emberi erőforrások minisztere 8/2020. (III. 12.) EMMI rendelet 3. §-a az emberi felhasználásra kerülő gyógyszerek rendeléséről és kiadásáról szóló 44/2004. (IV. 28.) ESZCSM rendelet módosításáról.

■ Az Önkormányzat egyeztetést kezdeményezett az ipari parki cégek képviselőivel is. A heti rendszerességgel ismétlődő „munkareggeli” alkalmával a szükséges intézkedéseket, azok összehangolását végzik, illetve kölcsönösen beszámolnak a fertőzöttek számának alakulásáról, és a körülmények várható alakulásáról.

## A veszélyhelyzet megszűnéséig érvényesek maradnak a lejáró személyes okmányok

A magyar állampolgárok Magyarország területén hatályos, lejáró hivatalos okmányai a kormány által kihirdetett veszélyhelyzet megszűnését követő 15 napig érvényesek.

Az élet- és vagyonbiztonságot veszélyeztető tömeges megbetegedést okozó humánjárvány megelőzése, illetve következményeinek elhárítása, a magyar állampolgárok egészségének és életének megóvása érdekében elrendelt veszélyhelyzet so-

**A kormány rendkívüli jogrendet, veszélyhelyzetet rendelt el**

- beutazási tilalom Olaszországból, Kínából, Iránból és Dél-Koreából
- intézménylátogatási tilalom az egyetemeken
- a 100 főnél nagyobb beltéri és az 500 főnél nagyobb kültéri rendezvények betiltása
- az osztálykirándulások betiltása, a kéthetes külföldi nyelvtanulási program halasztása egy évvel
- a lejáró okiratokat nem szükséges megújítani a veszélyhelyzet lejártaig

**Az intézkedések visszavonásig érvényesek.**



rán teendő intézkedésekről szóló 41/2020. (III. 11.) Korm. rendelet hatályba lépését, azaz 2020. március 12-t követően lejáró okmányok érvényesek maradnak.

A rendelkezés a magyar állampolgárok Magyarország területén hatályos valamennyi hivatalos okmányára vonatkozik.

kormanyablak.hu



# Lakossági tájékoztató a koronavírus-fertőzés megelőzése érdekében tett önkormányzati intézkedésekről

A kialakult koronavírus járvány veszélyhelyzete miatt 2020. március 15-én összehívtam az alpolgármesterekből, önkormányzati fenntartású intézményvezetőkől, valamint nevelési és oktatási intézmények vezetőiből álló Operatív Törzs első ülését.

Oroszlány Város Polgármestereként a koronavírus-fertőzés megelőzése érdekében, a kormányzati intézkedésekkel összhangban, a mai napon – azonnali hatállyal – alábbi intézkedéseket rendelem el:

1. A kormány 45/2020. (III. 14.) rendelete tartalmazza azt, hogy a bölcsődei ellátást végző intézmény, valamint az óvoda elhelyezkedése szerinti települési önkormányzat polgármestere a bölcsődei és az óvodai ellátást végző intézmények esetében rendkívüli szünetet rendelhet el. Ez alapján 2020. március 16-tól az oroszlányi óvodákban és az Önkormányzati Szociális Szolgálat bölcsődei telephelyén rendkívüli szünetet rendelék el, mely visszavonásig érvényes. Kizárólag indokolt esetben az intézmények ügyeletet biztosítanak. Az ügyeleti ellátást lehetőleg akkor kérjük, ha elháríthatatlan akadály merül fel a családban a gyermek ellátását illetően. A szülők március 16-án, hétfőn feltétlenül jelezzék az intézményvezetőknél az ügyeleti, illetve közétkeztetéssel kapcsolatos igényeiket. A fokozódó veszélyhelyzet miatt fontos a szülők felelős magatartása!
2. Már korábban döntés született az iskolák bezárásáról, ahol az elkövetkező időszakban digitális távoktatás folyik majd. A tanulók a központi KRÉTA rendszerben, az iskolák honlapjain, facebook oldalain követhetik az intézményvezetők által biztosított naprakész információkat.
3. Az Oroszlányi Közös Önkormányzati Hivatal ügyfélfogadási rendjében korlátozó intézkedéseket vezetünk be, a március 16-án kiadott részletes tájékoztatás szerint.
4. Utasítom a városi sportlétesítményeket üzemeltető cég vezető-

jét, hogy március 16. napjától valamennyi sportlétesítményt, valamint az uszodát is zárja be. Az itt működő sportegyesületek felkészülési tevékenységüket sem végezhetik jelen utasítás visszavonásáig!

5. Utasítom a Kölcsény Ferenc Művelődési Központ és Könyvtár igazgatóját, hogy a március 13-án tett enyhébb intézkedéseket felülírva, az intézmény valamennyi szervezeti egységét március 16-i hatállyal teljesen zárja be.
6. Az önkormányzat által működtetett intézményekben – Oroszlányi Közös Önkormányzati Hivatal, Önkormányzati Szociális Szolgálat, Oroszlány Város Óvodái, Művelődési Központ és Könyvtár Oroszlány –, valamint az önkormányzati tulajdonú cégeknél folyamatosan biztosítsák a kézfertőtlenítés lehetőségét a dolgozók részére. Növeljék az intézményekben a takarítás és fertőtlenítés gyakoriságát. Valamennyi dolgozónak biztosítsák mindazon eszközöket, védőfelszereléseket, amelyek munkakörük biztonságos ellátásához szükségesek.
7. A megelőzés érdekében, és betartva a kormányzati előírásokat utasítottam az intézményvezetőket és önkormányzati cégvezetőket, hogy a Nemzeti Népegészségügyi Központ (NNK) által kiadott és folyamatosan frissülő listáján nem szereplő országokból útjukról hazatérő dolgozóknak is adják meg azon tájékoztatást, hogy milyen biztonsági eljárás lép érvénybe, milyen magatartást kell tanúsítaniuk, illetve azonnali bejelentési kötelezettségük van abban az esetben, amennyiben légúti tüneteket tapasztalnak magukon hazaérkezésüket követően.
8. Utasítottam a cég- és intézményvezetőket, hogy amennyiben a társaság/intézmény működése során a koronavírusal kapcsolatban bármilyen rendkívüli esemény történik, vagy önkormányzati döntést, segítséget igénylő kérdés merül fel, úgy arról haladéktalanul tájékozta-

tást kell adni vagy egyeztetést kell kezdeményezni.

9. Folyamatos, együttműködő kapcsolatot kell tartani a megyei kormányhivatal Népegészségügyi Főosztályának vezetőjével a hiteles, pontos és naprakész információk megszerzése, és az önkormányzat által tett intézkedések megfelelőségének egyeztetése, a lakosság azonnali tájékoztatása érdekében.
10. Utasítottam a 2840 című települési újság főszerkesztőjét, hogy rendkívüli lapszámot készítsen és juttasson el minden háztartásba, amelyben összegzi a koronavírusal kapcsolatos információkat és önkormányzati intézkedéseket.
11. Utasítottam az OVTV munkatársait, hogy híryanagik között vezető helyet foglaljanak el a koronavírusal kapcsolatos információk, amelyeket valamennyi hírközlő felületen szerepeltessék annak érdekében, hogy a lakosság mind szélesebb köre jusson hiteles információkhoz.
12. A felnőtt és gyermek háziorvosi körzetekben az önkormányzat biztosítja a kézfertőtlenítéshez szükséges eszközöket.
13. Az oroszlányi ipari parki cégek vezetőinél és a tömegközlekedési eszközöket üzemeltető cégek vezetőinél kezdeményeztem a rendszeres (heti) személyes egyeztetést a megelőzés és a kölcsönös tájékoztatás érdekében.
14. A koronavírus-fertőzés megelőzése érdekében tett önkormányzati intézkedések többletköltségének pénzügyi forrását az önkormányzat költségvetésében biztosítja.

Az Operatív Törzs a következő napokban folyamatosan ülésezik, a hozott döntésekről, intézkedésekről rendszeresen tájékoztatni fogja a városlakókat.

A kiadott rendelkezések visszavonásig érvényesek!

2020. március 15.

Lazók Zoltán  
polgármester

**A csapból is ez folyik.** A felnőttek idegesek, bizonytalanok, a vírus okozta – percről percre változó – hírek és álhírek között nehezen tájékozódva, és ez a hangulat bizony a gyerekek világába is átszűrődik. A gyerek kérdez, tudni, érteni akarja, hogy mi zajlik körülötte. Mit mondjon neki?

A gyerekek sokféle helyzethez jól tudnak alkalmazkodni, képesek az egészen szokatlan, szélsőséges körülményeket is játékosan felfogni, és nem sérül biztonságérzetük, kiegyensúlyozottságuk eközben. Ennek azonban az a feltétele, hogy a szülő gyerekként kezelje őket és folyamatosan biztonságot sugározzon.

## Mit tegyen és mit ne tegyen?

A gyermek életkorához és fejlettségéhez illő magyarázatot adjon a történésekre. Például: „Van most egy betegséget okozó vírus, ami miatt most itthon maradunk, hogy ne kaphassuk el. Gyakran megmossuk a kezünket, mert így tudunk védekezni a vírus ellen, ami elpusztul az alapos szappanos kézmosástól. Itthon biztonságban vagyunk, és ha ilyen óvatosak leszünk, egészségesek maradunk.”

Tanítsa meg a gyermeket az alapos szappanos vagy fertőtlenítőszeres kézmosásra. Tüsszentsen a könyökébe, tanítsa meg ezt a gyermeknek is. Orrfújáskor az elhasznált papírzsebkendőt azonnal dobja ki a kukába.

Ne árássa el a gyermeket információval, adatokkal, mert ez fokozza a veszélyérzetét. Nem szükséges tudnia a gyermeknek, hogy hány darab korona vírus fertőzött van az országban, vagy hányan haltak meg pontosan. Fogalmazzon tömören, egyszerűen, hangsúlyozva a megtartott kontrollt és biztonságérzetet.

Válaszoljon röviden a gyerek kérdéseire. Nem a tényszerű közlés a lényeg, hanem az érzelmi töltet: szavai sugározzanak nyugalmat, természetességet.

A betegség kapcsán előtérbe kerülhet a halál témája. Nyugtassa meg a gyermeket, hogy az Önök családja nincs veszélyben és hitétől és világnézetétől függően beszélhet neki arról, hogy mi történik a halál után.

Ne legyenek a vírussal kapcsolatban tabu témák, válaszoljon a gyerek minden kérdésére, szem előtt tartva, hogy nem kis tudóst akar belőle faragni, hanem a cél a megnyugtatás.

Próbálja kideríteni, hogy mit tud a gyerek a vírusról, és tegye rendbe a fejében a téves, vagy félreértett információkat. Sok



## Mit mondjunk a gyerekeknek a koronavírusról?

gyerek innen-onnan hallott már dolgokat, és elég nagy zűrzavar lehet egyesek fejében. Érdemes ezt kibogozni, mert ezek a félinformációk nagyon sok szorongásnak adhatnak táptalajt.

A felnőtteknek szóló, vírussal kapcsolatos tartalmakat, a híradót ne engedje a gyerekek nézni, hallgatni.

Ne beszéljen a gyerek füle hallatára arról, hogy mennyire kétségbe van esve, és nem tudja, mit tegyen. Ha érez ilyet, ezt ne a gyerek előtt kommunikálja. Kérjen tájékoztatást, vagy szakmai segítséget, ha saját aggodalma túlzott mértékűt öltene. Ne fenyegetéssel vegye rá a gyermeket arra, hogy mosson kezet és tartsa be a biztonsági előírásokat. Megindokolhatja, hogy ez miért elengedhetetlen, de ne ijesztgesse végletes kimenetellel.

Ne csak elvárja a gyerektől, hogy engedelmeskedjen az új szokásokhoz, tisztasági rituálékhoz, magyarázza el fontosságukat, ok-okozati összefüggésüket.

### Több hetes otthon-tartózkodás esetére:

A gyerekek a non-verbális jelekből is érzékelik, hogy a felnőttek feszültek. Egyszerű magyarázatot adjon, hogyha különleges helyzetbe kerülnek (ha nem lenne oktatás, ha karatnénban kell lenniük), hangsúlyozva, hogy a helyzet szokatlan, de a gyerekekre és családtagjaira, barátaira nézve nem veszélyes, és a megelőzés miatt fontos otthon maradni, mert ez a védekezés egyik legjobb módja.

Állítsa helyre a gyerek biztonságos világba vetett hitét. Beszélhet arról, hogy bizakodik benne, hogy a tudósok és az orvosok hamarosan megtalálják a korona vírus okozta megbetegedés ellenszerét.

Az otthonlét idejét használja ki! Strukturalja a napot, éljenek kiszámítható napi-rend szerint. Tervezzen benti elfoglaltságokat, kínáljon fel tevékenységeket a gyerekeknek, ne várja el, hogy egész nap lekössék magukat egyedül.

Igyekezzen mozgásos játékoknak teret kialakítani: ugrálni, tornázni, zenére mozogni, célba dobni, kis területen is lehet.

Ne feledje: a gyerekek lazán is fel tudják fogni a dolgokat, ha a körülöttük lévő felnőttekből nem árad a feszültség.

A gyerekek természetes aktivitás és mozgásigénye ilyenkor hatványozottan jön elő. Ne tiltsa ezeket a tevékenységeket, inkább alakítsa úgy a környezetet, hogy ezek a természetes gyermeki igények kiélhetőek legyenek.

A gyerekeknek nagy hiányuk van a szüleikkel töltött minőségi időből, így próbálják meg – ha, ilyen helyzetre kell majd felkészülniük – vakációnak felfogni ezt az ölübe pottyant lehetőséget.

A gyerek biztonságérzetét a szülő és a világ kiszámítható, ismerős rendje adja. A szülők helyzete is nagyon nehéz, mert a világ, ahogy eddig ismertük, megváltozott. Itt van ez a bizonytalanság, és mindenki azt próbálja kitalálni, hogy mi várható a következő hetekben. Ám a kivárás, készülés, izgulás mellett legyenek figyelemmel a gyerekekre is! Ők lelki sérülés nélkül átvészelhetik ezt az időszakot, ha szülőként emlékeztetik magukat arra, hogy a gyerek szűk kis világában – ami most egy kicsit még szűkebb lehet, például oktatási szünet vagy karatén esetén – Önök jelentik a biztonságot! Kívánok ehhez sok lelkiert és kitartást!

*Deliága Éva*

[deliagaeavagyermekpszichologus.blog.hu](http://deliagaeavagyermekpszichologus.blog.hu)



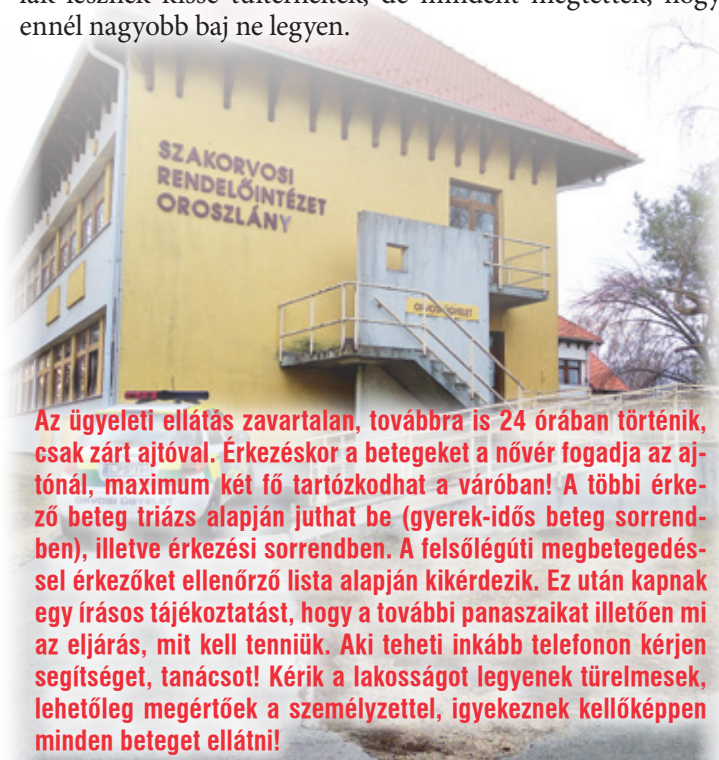
2020. márciusi állapot:

# JÁRVÁNY?

Előljáróban szögezzük le: se Oroszlányban, se a környékén (se az egész országban) nincs semmiféle járvány. Az van, ami minden tél végén szokott lenni, amikor megenyhül az idő: sok légúti megbetegedés, közönséges nevén meghűlés. (A tünetek: láz, végtagfájdalmak, torokfájás, köhögés, esettség.) Ezek 90-95%-át vírusok okozzák, amelyekre az antibiotikum nem hat, sőt inkább árt. A legrosszabb és legfelelőtlenebb dolog, amit tehet, hogy bemegy a háziorvoshoz, vagy az ügyeletre, mert – ha tényleg beteg – továbbadja még tíz-húsz embernek. Hívja az orvost, vagy az ügyeletet és kérjen tanácsot, a szükséges gyógyszerek mind recept nélkül kaphatóak. Persze a gyógyszertárba is egy egészséges családtag menjen. Nem tudom, elég figyelmesen tetszett-e olvasni: nem azt mondtam, hogy „Hívja KI az orvost, vagy az ügyeletet”, hanem azt, hogy „Hívja FÖL az orvost, vagy az ügyeletet”. Ott már a vonal másik végén egy szakember néhány kérdés feltevésével el tudja dönteni, hogy olyan esetről van-e szó, ami esetleg személyes vizsgálatot igényel, vagy a telefonos tanács után elég csak beszerezni a javasolt gyógyszereket. Kérjük, mielőtt telefonál, mérje meg a lázát! Nincs annyi idő, hogy telefonbeszélgetés közben mérjen lázat és az, hogy nem érzi magát lázasnak, nagyon megtévesztő lehet. A láz egy szám és értékes adat a veszély felbecsüléséhez.

Vírusból több mint ezerféle létezik. Ne használjuk az „influenza”, pláne „koronavírus” kifejezéseket. Ezek a vírusok kizárólag vérvétellel igazolhatóak, amúgy a többi vírushoz teljesen hasonló tüneteket produkálnak, csak néha súlyosabbakat. Hogy kell-e vérvétel, azt már szakember ítéli meg, ha a kikérdezés során elég gyanú merül föl erre nézve. Maszkot hordani nem igazán hatásos védelem és – ha egyáltalán sikerül beszerezni – akkor is a beteg ember hordja a saját családja védelmében, mert hisz utcára ne menjen. Többet ér a gyakori kézmosás, lehetőleg fertőtlenítő kézmosóval.

Ha a fenti tanácsokat megfogadják, legfeljebb a telefonvonalak lesznek kissé túlterheltek, de mindent megtettek, hogy ennél nagyobb baj ne legyen.



Az ügyeleti ellátás zavartalan, továbbra is 24 órában történik, csak zárt ajtóval. Érkezéskor a betegeket a nővér fogadja az ajtónál, maximum két fő tartózkodhat a váróban! A többi érkező beteg triázs alapján juthat be (gyerek-idős beteg sorrendben), illetve érkezési sorrendben. A felsőlégúti megbetegedéssel érkezőket ellenőrző lista alapján kikérdezik. Ez után kapnak egy írásos tájékoztatást, hogy a további panaszait illetően mi az eljárás, mit kell tenniük. Aki teheti inkább telefonon kérjen segítséget, tanácsot! Kéri a lakosságot legyenek türelmesek, lehetőleg megértőek a személyzettel, igyekeznek kellőképpen minden beteget ellátni!

## KORONAVÍRUS TUDNIVALÓK

TÜNETEK

Jellemző tünetek	Előfordulhat
<ul style="list-style-type: none"> <li>• LÁZ</li> <li>• SZÁRAZ KÖHÖGÉS</li> <li>• LÉGSZOMJ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IZOM-FAJDALOM</li> <li>• TOROK-FAJÁS</li> <li>• ORR-DUGULÁS</li> <li>• ORR-FOLYÁS</li> <li>• HAS-MENÉS</li> <li>• FÁRADTSÁG</li> </ul>

**FONTOS TUDNI**

- A fertőzöttek 80%-a speciális kezelések nélkül is meggyógyul
- 6 fertőzöttből 1-nél alakul ki súlyosabb tünet

MIT TEGYEK?

HA

Fertőzött területre utazott vagy kapcsolatba lépett fertőzött személlyel

ÉS

TÜNETET ÉSZLEL NEM észlel tüneteket

Telefonáljon háziorvosának, **NE** menjen be rendelőbe, kórházba! Hívja a zöld számokat!

06 80 277 455  
277 456

14 napos megfigyelés javasolt, és hívja a zöld számokat!

### ÖVINTÉZKEDÉSEK

**KÉZMOSÁS**  
Rendszeresen és alaposan mosson kezét vízzel és szappannal, vagy tisztítsa meg alkoholos kézfertőtlenítővel.

**ZSEBKENDŐ**  
Köhögéskor, tüsszentéskor takarja el száját és orrát a behajlított könyökével vagy egy zsebkendővel, majd azonnal dobja ki a zsebkendőt.

**MASZK**  
Csak akkor használjon maszkot, ha légzőszervi tünetei vannak (köhögés, tüsszentés), ezzel védi a környezetében levőket.

**HIGIÉNIA**  
Szemhez, szájhoz, archoz csak kézmosás után nyúljon! Kerülje a nagy tömeget, zárt légtérű helyiségeket!

Működött kabáttal, működött egytál étellel, működik karácsonyi káposztával, és működött facsemetékkal. Miért ne működhetne most is? ✂

## KEDVES IDŐS SZOMSZÉD!

Ha fél a koronavírustól és/vagy szeretné elkerülni a tömeget, akkor mi szívesen segítünk Önnek.

Elmegyünk boltba/gyógyszertárba. Segítségét felajánlotta:

(név)

(cím, emelet, ajtó)

(telefonszám)

## SEGÍTSÜK EGYMÁST!

Kérem, bátran kopogjon be hozzánk! Ne szégyellje, ha segítségre szorul ebben a rendkívüli helyzetben!

Üdvözlettel:

A szomszédja



Oroszlányi Ingatlankezelő és Hasznosító Zrt.

A városüzemeltetési feladatokat ellátó OIH Zrt. a kialakult helyzetben átértékeli a feladatainak fontossági sorrendjét. Elsődleges lesz a közterületi hulladékgyűjtők ürítése és a buszmegállók takarítása. A számtalan egyéb (kertészeti, karbantartási, üzemeltetési stb.) feladatokra akkor kerül sor, ha ezekre marad szabad munkaerő kapacitás.

Az üzemeltetett létesítményekben a takarítások, higiénias lépések gyakoribb és fokozottabb ellátása vált elsődlegessé, az erre vonatkozó előírások szerint. A létesítmények csakis az üzemszerű, alap feladataikat láthatják el. Az esetleges sport és egyéb események csakis zárt kapuk mellett, egyeztetés és jóváhagyás után tarthatók meg, az előírt létszámkorlátokon belül.

Felmérik, melyik dolgozójuk hogyan lesz érintett szülőként az iskola, óvoda bezárások miatt. Ezek függvényében folyamatos újra szervezik a munkákat. Ők első körben a rendes éves fizetett szabadságkeretük terhére vehetnek ki szabadságot. Áttekintik, kinek és milyen feladatai oldhatók meg otthoni munkavégzéssel. Ebben együttműködő lesz a cég dolgozóival – ugyanakkor azt is szem előtt tartják, hogy a városnak szüksége van mindannyiuk munkájára!

A változások alapvetően lakosság érdekét szolgálják, így kéri a Tisztelt Lakosság megértését, együttműködését.



Vállalatunk már február végén aktivizálta a saját Operatív Törzsét, amelynek célja a munkavállalók védelme, a járvány terjedésének megfékezése és az, hogy megtaláljuk a módját a zavartalan munkavégzésnek. Folyamatosan figyelemmel követjük a kialakult helyzetet, és ennek megfelelően módosítjuk eljárásainkat és intézkedéseinket. Annak érdekében, hogy alkalmazottainkat biztonságban tartsuk és csökkentjük a vírusbevitel lehetőségét, korlátoztuk a gyár területére való bejárás lehetőségét. Számos intézkedést hoztunk,

melyek mind kollégáink egészségét, védelmét helyezik előtérbe. Egy-két példa ezek közül:

- ▶ betegen tilos a munkavégzés
- ▶ több helyen fertőtlenítős kézmosószerkeket helyeztünk ki és folyamatosan biztosítjuk ezek utántöltését
- ▶ kiemelt figyelmet fordítunk a közös használatú helyiségek járványügyi kezelésére
- ▶ korlátozzuk a megbeszéléseken, tréningeken és oktatásokon résztvevők létszámát
- ▶ megtiltottuk az üzleti célú utazásokat és javasoljuk a magánutazások elhalasztását
- ▶ javasoljuk a nagyobb létszámú rendezvények kerülését

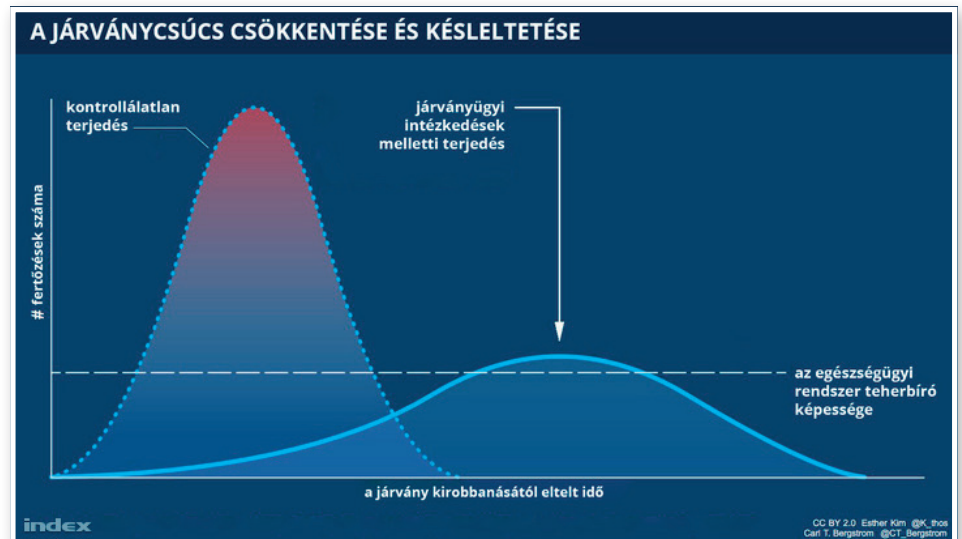
Cégünk a munkatársaink és családjaik egészségét tartja a legfontosabbnak, fenti intézkedéseink is mind azt szolgálják, hogy minimalizáljuk a fertőzés lehetőségét, de nem győzzük hangsúlyozni mind saját kollégáink, mind partnereink számára, hogy most a legtöbbet a saját tudatosságukkal, odafigyelésükkel tehetnek. Szeretnénk megnyugtatni Oroszlány lakosait, hogy a lehető legkörültekintőbben kezeljük a kialakult krízishelyzetet!

## Újratervezés

Az élet nem áll meg, csak megváltozik. Az online ügyintézással és bankolással kapcsolatban mindenki kénytelen lesz félretenni az ellenérzéseit, hogy aztán pár perc alatt elintézzék azt, amiért eddig is feleslegesen utazott és állt sorban. Az interneten kell az iskolai tanulmányokat



is folytatni és nem a teremben ülni: a távoktatás és a nyári szünet is mind „fel van találva”, ismert gyakorlat, azaz bevett szokás. Vagyis van rá megoldás. Persze nem mostanra volt ütemezve, de a cselekvés szintje ugyanaz. De a változás ennél sokkal nagyobb. Sok jó ember szívvel-lélekkel szervezett rendezvénye marad el, számos várva-várt programra nem mehetünk el. A politikai szervezetek képviselői elsőként zsigerből egymásnak ugranak, hogy ki tud nagyobb összefogást a zászlójára tűzni. Hogy aztán hetek múlva, fáradtan, távolságot tartva integessenek egymásnak sorban állás közben, az arcmaszkjuk mögül. Ekkora majd ők is rájönnek, hogy a természet törvényei felett nekik sincs hatalmuk. Mindennek és mindenkire hatással van a helyzet. Ne várjuk tehát, hogy ugyanúgy megy minden tovább, mint eddig. De ez egyben azt is jelenti, hogy az élet megy tovább! A boltok nem zárnak be, főleg a gyógyszertárak nem. Fél év előnyben vagyunk a vírus terjedését illetően, ismerünk jó és rossz megoldásokat is. Ettől még semmivel sem leszünk jobbak, mint mások. Ijesztően nőni fog az esetek száma, és ezzel összefüggésben a halálozásoké is. A történelmet (mert ez az lesz) utólag könnyű elemezni, de a helyes döntést most kell meghozni. Csak rajtunk múlik, hogy ebből személy szerint mekkora részünk lesz. És ezt nem elsősorban liszt és WC papír felvásárlással érhetjük el, sokkal inkább a napi életünk, a család életének újrászervezésével. Tervezzünk, kérdezzünk, beszéljük meg! Mindenki vigyázzon magára, szeretteire!





# A járvány csillapodása rajtunk múlik

A hivatalos hangvételű intézkedések között most itt egy elgondolkodtató javaslat a koronavírussal kapcsolatban – melyet egy biológus fordított le a 2840 olvasói számára.

A koronavírus ellen még nincs és idén valószínűleg nem is lesz védőoltás, és jelenleg nincs biztos gyógyszeres kezelése. Még nem alakult ki bennünk immunitás ezzel az új vírussal szemben, tehát bárki megfertőződhet. A vírus terjedése ilyes esetekben exponenciális jellegű, ami azt jelenti, hogy egy darabig nagyon kevés új esetre derül fény, aztán egyszer csak berobban, mint Olaszországban.

Mivel nincs oltás, a rendszeres fertőtlenítésen stb. túl egyetlen dolgot érdemes megtenni: szociális távolodást. A vírus fertőzőbb, mint az influenza, és egy köhögő ember kb. két méterre tudja szórni maga körül, de ha nem találkozik senkivel, akit megfertőzhet, a járvány le fog csillapodni. Ebbe az irányba lépett a kormány veszélyhelyzeti bejelentése és az iskolák pénteken elrendelt bezárása.

Még nincs halálozás itthon, de már felbukkant az első beteg, aki nem járt külföldön és nem volt kapcsolatban igazolt fertőzöttel, tehát itthon, egyelőre ismeretlen kapcsolatrendszeren keresztül kapta el a vírust.

Amíg nincs minimalizálva az interakciók száma, a vírus tovább tud terjedni. És ha nem is történik további hivatalos korlátozó lépés, addig is lehet cselekedni: az angolul tudók számára igen kifejező nevű #StayTheFuckHome mozgalom (magyarul talán #maradjszépenotthon) önkéntes szociális távolodásra hív mindenkit. Ez a 12 pontjuk – nem könnyű mindent betartani, de törekedhetsz rájuk, amennyire tudsz. Egy részüket már biztosan követed is.

1. Ne pánikolj, de legyél óvatos.
2. Gyakran moss kezet, és köhögéskor, orrfújáskor tartsd be a protokollt.
3. Minél kevesebbszer érintsd meg az arcod.
4. Felejtsd el az öleléseket, puszikat, kézfogást. (A könyök-érintést is, hiszen majdnem oda köhögysz, ugye.)
- 5–6–7. Ne menj koncertekre, színházba, sportrendezvényekre, múzeumokba, kiállításokra, moziba, bárókba, társas összejövetelekre, eseményekre, templomba, házi-buliba stb.
8. Utazásaidat korlátozd a minimumra, távoli útra csak akkor indulj, ha elkerülhetetlen.
9. Tömegközlekedést csak akkor használj, ha feltétlenül szükséges.
10. Ha tudsz otthonról dolgozni, tedd azt.
11. Társas interakcióidat próbáld telefonon, cseten stb. intézni.
12. Akkor menj el otthonról, ha feltétlenül szükséges.

A cikk eredetije:

<https://staythefuckhome.com/>

A cikk alapjául szolgáló szöveg a <https://staythefuckhome.com/> oldalon jelent meg. A magyar nyelvű összeállítást készítette: Dr. Simon Zoltán biológus, az oroslányi Hamvas Béla Gimnázium egykori tanulója. A szöveg nem minősül orvosi tanácsadásnak.

# Tudta? Bárki lehet vírushordozó



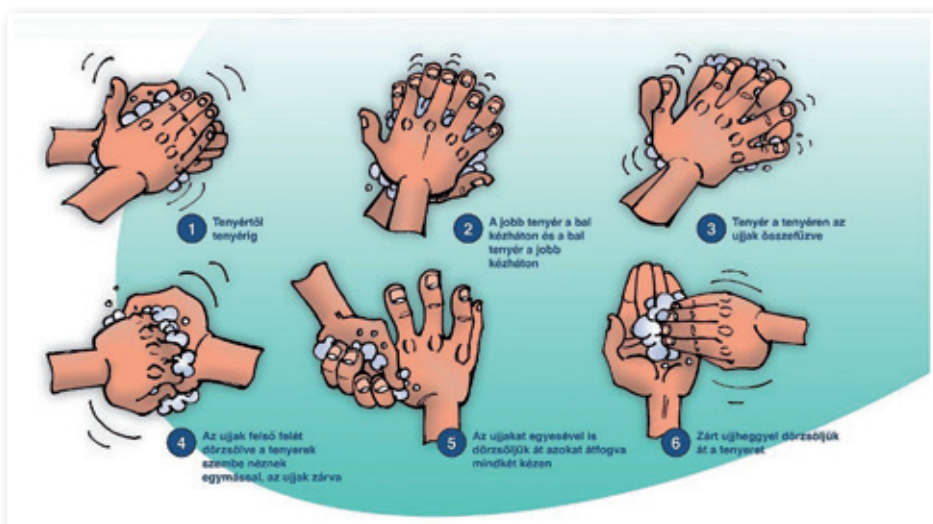
...Gyermekek is, de jelen ismereteink szerint koronavírus fertőzés esetén ők ritkábban mutatnak súlyos tüneteket, ellentétben a felnőttekkel. Viszont első osztályúan tudják szórni, terjeszteni a kórokozókat. Ezért sajnálom, hogy még időben nem rendeltek el iskola és óvodalátogatási tilalmat. Javasolom, hogy azon helyek látogatását, ahol több gyermek, felnőtt gyűlik össze, főleg zárt térben, kerüljék.

Ez vonatkozik az orvosi rendelők indokolatlan, banális betegséggel való felkeresésére. A nátha, enyhe hasmenés, hányás, itathatóság mellett szülő által is jól kezelhető. Csofodással mi orvosok, egészségügyi dolgozók sem tudunk szolgálni. A náthás, felsőlégúti betegségek gyógyulási ideje minimum 1 hét-10 nap. A légutak érzékenysége miatt a köhögés utána még 2-3 hétig is fennmaradhat. Tudom, ez ropant kellemetlen tud lenni, de türelem, csillapodik lassan. A láz szinte mindig 3-4-5 napig is eltart, ettől önmagában aggodalomra még nincs ok. Természetesen minden távolról megoldható kérdésben telefonon is szívesen adunk tanácsot.

Kérjük, hogy minden betegségi tünetet mutató gyermeket tartsanak otthon megfigyelés, ápolás céljából. Természetesen ilyen esetekben nincs se balett, se sportedzés, se születésnap, se rokonlátogatás, vendégvárás!

Együttműködésükre számítunk, mutassuk meg közösen, hogy képesek vagyunk a problémákon úrrá lenni. Mindenkinek jó egészséget kívánok:

Dr. Szcenci Julianna



Az Oroszlányi Médiacentrum munkatársai folyamatosan azon dolgoznak, hogy a tudomásukra jutott minden információt eljuttassanak Önökhöz. Ennek része az a különszám, amelyet most a kezében tart, de más felületeinken ennél gyorsabbak vagyunk. Az oroszlanyimedia.hu oldal és az OVTV facebook oldala minden esetben csak hivatalos, meg-

erősített híreket közöl. Ezt kiegészíti a 0–24-ben elérhető képváltás, melyben az óránként megjelenő "Rendkívüli hírek" rovatban olvashat a koronavírussal kapcsolatos fontosabb helyi intézkedésekről, információkról. A műsor Oroszlányban a DIGI és a T-home hálózatán is elérhető.

További hivatalos internetes oldalak a témában 

## Rendkívüli járványügyi intézkedés – az otthoni karanténról

A koronavírus cseppfertőzéssel és nagyon gyorsan terjed, ezért a tömeges járvány megelőzéséhez az a legfontosabb, hogy ne fertőzzük meg egymást. Ezért azokat a magyar állampolgárokat, akiknél a vizsgálat az új koronavírus-fertőzés gyanúját állapítja meg, azt a mentő kórházba szállítja. Azokat, akik csak potenciálisan fertőzöttek, hatósági házi karanténra kötelezhetik. A hatóság ilyenkor elrendeli, hogy a potenciálisan fertőzött, de tünetmentes személy 2 hétig az otthonában köteles tartózkodni és vendéget nem fogadhat. A bejárati ajtóra ilyenkor köteles egy hatósági feliratot („piros lapot”) kiragasztani, amely arra figyelmeztet, hogy a lakásban olyan ember tartózkodik, aki járványügyi megfigyelés alatt van. Ha megszegi a karantén szabályait, akkor bűncselekményt követ el. Köteles saját használati tárgyait, háztartási eszközeit, textíliáit használni, azokat otthonában tisztítani és tárolni. Légúti tünetek (pl. láz, köhögés, légszomj) megjelenése esetén köteles azonnal a háziorvost vagy ügyeletes orvost telefonon értesíteni és a tőle kapott utasításoknak megfelelően eljárni. Müller Cecilia, országos tisztifőorvos arról is beszélt, hogy a hatósági házi karanténra kijelölt személynek a háztartási szemetet pedig dupla zsákba helyezve kell a szemétkukába tenni. Postát, áruszállítót fogadhat, az ajtóban átveheti a küldeményt, mert ezek az esetek nem számítanak szoros kontaktusnak. Ugyanígy átveheti az ajtóban egy hozzátartozójától az ételt is, amit hoztak neki. Az, aki ilyen karanténban van, és az ellátását nem tudja megoldani, az önkormányzattól kérhet segítséget.

Arra kérünk mindenkit, hogy mutasson jogkövető magatartást családjáé és környezete érdekében! Vigyázzanak magukra, vigyázzunk egymásra!

[koronavirus.gov.hu](http://koronavirus.gov.hu)



A Nemzeti Népegészségügyi Központ lakossági tájékoztatói a koronavírussal kapcsolatban.

<https://www.nnk.gov.hu/index.php/lakossagi-tajekoztatok/koronavirus>

Deliága Éva pszichológus írását a 4. oldalon olvashatták. Blogoldalán számos más hasonló, gyermekekkel kapcsolatos írást találhatnak.

<https://deliagaevagyermekpszichologus.blog.hu/>



A koronavírus kormányzati oldala, egyebek mellett Gyórfi Pál videós tanácsaival

<https://koronavirus.gov.hu/megelozes>

Az Oroszlányi Médiacentrum első híre a rendkívüli helyzettel kapcsolatban.

<http://oroszlanyimedia.hu/hirek/2020/03/11/veszelyhelyzet>



<http://egeszseg.hu/koronavirus-tajekoztatok>

A város hivatalos honlapja, mely folyamatosan frissül a helyi információkkal.

[www.oroszlany.hu](http://www.oroszlany.hu)



Az index.hu szájbarágója, mely röviden összefoglalja a legfontosabb tudnivalókat.

[https://index.hu/belfold/2020/03/10/koronavirus\\_informaciok\\_roviden\\_gyik\\_szajbarago\\_tunetek\\_vedekezes\\_maszk\\_fertotlenites\\_karanten\\_covid-19](https://index.hu/belfold/2020/03/10/koronavirus_informaciok_roviden_gyik_szajbarago_tunetek_vedekezes_maszk_fertotlenites_karanten_covid-19)



Itt járványügyi megfigyelés alatt álló személy tartózkodik.

# TILOS A BELÉPÉS!

A hatósági személyen kívül másnak tilos a belépés.

A megfigyelés alatt álló személy hatósági engedély nélkül a lakást a zárlat feloldása előtt nem hagyhatja el.



Ezt a tilalmi lapot csak a hatóság engedélye alapján szabad eltávolítani. Büntetőjogi eljárást von maga után, ha a fentiekben foglaltakat megszegik.

