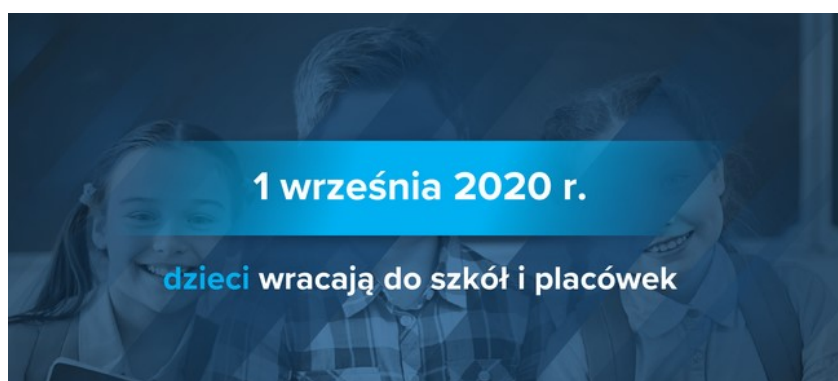


# BEZPIECZNY POWRÓT DO SZKÓŁ OD 1 WRZEŚNIA 2020 ROKU



## WYTYCZNE DLA PUBLICZNYCH I NIEPUBLICZNYCH SZKÓŁ I PLACÓWEK

Wytyczne sanepidu dla szkół i placówek, elastyczne modele kształcenia oraz uprawnienia dyrektorów w sytuacji zagrożenia COVID-19 przed planowanym powrotem dzieci do szkół i placówek dnia 1 września 2020 r.

Należy zwrócić szczególną uwagę na:

- organizację zajęć w szkole,
- zachowanie czystości w pomieszczeniach i powierzchniach oraz ich dezynfekcję,

- 
- wydawanie posiłków,
  - postępowanie w przypadku podejrzenia zakażenia u ucznia,
  - postępowanie w przypadku podejrzenia zakażenia u pracowników szkoły/bursy/internatu.

**Bezwzględnie obowiązującą wytyczną jest przestrzeganie podstawowych zasad higieny, takich jak: częste mycie rąk, zakrywanie ust i nosa zgiętym łokciem podczas kaszlu i kichania, obowiązkowe zakrywanie ust i nosa przez osoby z zewnątrz przychodzące do szkoły lub placówki, a także regularne czyszczenie pomieszczeń.**

Uczniowie nie będą musieli nosić maseczek, należy jednak tak zorganizować pracę, aby umożliwić zachowanie dystansu między osobami przebywającymi na terenie szkoły.

W połowie sierpnia zostały wydane akty prawne, które pozwolą na wdrożenie w placówce odpowiednich rozwiązań związanych z ewentualnym wystąpieniem ogniska zakażenia w szkole. Dzięki tym zmianom dyrektor szkoły lub placówki będzie mógł zawiesić zajęcia ze względu na aktualną sytuację epidemiologiczną, która może zagrażać życiu i zdrowiu uczniów. Dyrektor będzie mógł zawiesić zajęcia grupy, oddziału, klasy, etapu edukacyjnego lub całej szkoły lub placówki w zakresie wszystkich lub wybranych zajęć

Utrzymane zostaną dotychczasowe rozwiązania lub dodana zostanie możliwość realizacji zajęć w systemie mieszanym.

Główny Inspektor Sanitarny wraz z Ministerstwem Edukacji Narodowej oraz Ministerstwem Zdrowia opracowali wytyczne dla publicznych i niepublicznych szkół i placówek, które obowiązywać będą od 1 września 2020r.

## **Warianty funkcjonowania szkół i placówek zależne od sytuacji zakażenia na danym terenie**

### **Wariant A – tradycyjna forma kształcenia**

W szkole funkcjonuje tradycyjne kształcenie oparte na wytycznych MEN, MZ i GIS dla publicznych i niepublicznych szkół i placówek obowiązujących od 1 września 2020 r.

W przypadku wystąpienia zagrożenia epidemiologicznego dyrektor szkoły, po uzyskaniu pozytywnej opinii Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego i za zgodą organu prowadzącego, będzie mógł częściowo lub w całości zawiesić stacjonarną pracę szkół i placówek. Wówczas dopuszczalne będą dwa warianty kształcenia: B i C.

### Wariant B – mieszana forma kształcenia (hybrydowa)

Dyrektor będzie mógł zawiesić zajęcia grupy, grupy wychowawczej, oddziału, klasy, etapu edukacyjnego lub całej szkoły lub placówki, w zakresie wszystkich lub poszczególnych zajęć i prowadzić kształcenie na odległość (zdalne). Będzie to zależało od sytuacji epidemicznej na danym terenie, w danej szkole czy placówce. Decyzję podejmie dyrektor po uzyskaniu zgody organu prowadzącego i otrzymaniu pozytywnej opinii Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego. Opinie te, będzie można – z uwagi na konieczność podejmowania szybkiej decyzji – uzyskać pisemnie, ustnie, za pomocą emaila, telefonu.

### Wariant C – kształcenie zdalne

Dyrektor szkoły, placówki podejmuje decyzję o zawieszeniu zajęć stacjonarnych na określony czas i wprowadzeniu w całej szkole kształcenia na odległość (edukacji zdalnej). Konieczna będzie w tym przypadku zgoda organu prowadzącego i pozytywna opinia Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego. Minister Edukacji Narodowej nadal zachowuje uprawnienie do ograniczenia zajęć w szkołach na terenie kraju.

| Możliwe warianty funkcjonowania szkół |                                                                                                       |                                                                   |                                                                   |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Wariant decyzyjny                     | A                                                                                                     | B                                                                 | C                                                                 |
| Wariant kształcenia                   | TRADYCYJNY                                                                                            | MIESZANY<br>(hybrydowy)                                           | ZDALNY                                                            |
| Wytyczne                              | Ogólne wytyczne GIS, MZ i MEN dla publicznych i niepublicznych szkół i placówek od 1 września 2020 r. | Na podstawie opinii Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej | Na podstawie opinii Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej |

## **WYTYCZNE ZWIĄZANE Z ORGANIZACJĄ ZAJĘĆ W SZKOLE I PLACÓWCE**

- 1) Przed powrotem uczniów do szkoły zostaną usunięte przedmioty, sprzęty i pomoce naukowe, których nie można skutecznie umyć, uprać lub zdezynfekować. W przypadku konieczności wykorzystania pomocy naukowych, których dezynfekcja jest utrudniona, dostęp do tych przedmiotów będzie uniemożliwiony dla uczniów.
- 2) Przed powrotem uczniów do szkoły będą wyłączone źródelka i fontanny wody pitnej.
- 3) W pomieszczeniach sanitarno-higienicznych zostaną wywieszone plakaty z zasadami prawidłowego mycia rąk, a przy dozownikach z płynem do dezynfekcji rąk.
- 4) Zostanie wyznaczone pomieszczenie, w którym możliwe będzie odizolowanie ucznia, wykazującego objawy infekcji dróg oddechowych, od innych osób (min. 2 m odległości). Pomieszczenie zostanie wyposażone w środek dezynfekujący oraz środki ochrony osobistej (maseczka, rękawiczki jednorazowe, itp.)
- 5) Przy głównym wejściu do szkoły będą umieszczone:
  - a) pojemnik z płynem do dezynfekcji,
  - b) informację o obowiązku zasłaniania ust i nosa dla osób trzecich,
  - c) informację o obowiązku dezynfekcji rąk,
  - d) instrukcję skutecznej dezynfekcji dłoni,
  - e) numery telefonów do właściwej miejscowo powiatowej stacji sanitarno-epidemiologicznej, oddziału zakaźnego szpitala i służb medycznych
- 6) Uczniowie będą mogli być przyprowadzani i odbierani przez osoby, które nie wykazują objawów chorobowych sugerujących infekcję dróg oddechowych.
- 7) Będą wyznaczone strefy, w których możliwe jest przebywanie rodziców w placówce, z uwzględnieniem:
  - a) 1 opiekun z dzieckiem/dziećmi,
  - b) dystans od kolejnego opiekuna z dzieckiem/dziećmi min. 1,5 m,
  - c) dystans od pracowników szkoły min. 1,5 m,
  - d) stosowane będą środki ochronne, takie jak: osłona ust i nosa, rękawiczki jednorazowe lub dezynfekcja dłoni.
- 8) Ograniczone będzie przebywanie w szkole osób z zewnątrz do niezbędnego minimum. Przewiduje się obecność tych osób pod warunkiem, że nie wykazują objawów chorobowych sugerujących infekcję dróg oddechowych i stosują środki ochrony, tj. osłona ust i nosa, rękawiczki jednorazowe lub dezynfekcja dłoni.
- 9) W miarę możliwości w szkole zostanie tak zorganizowana praca, aby umożliwić zachowanie dystansu między osobami przebywającymi na terenie szkoły, szczególnie w miejscach wspólnych.
- 10) Sale zajęć oraz części wspólne (korytarze, stołówki, świetlice) będą wietrzone co najmniej raz na godzinę, w czasie przerwy, a w razie potrzeby i sprzyjających warunków atmosferycznych również w czasie zajęć.

---

11) Zalecane będzie, aby uczniowie korzystali z boisk szkolnych (również w czasie przerw) oraz przebywali na świeżym powietrzu.

## **INFORMACJE DLA RODZICÓW/OPIEKUNÓW PRAWNYCH**

- 1) Należy informować i przypominać dzieciom o konieczności częstego mycia rąk (w szczególności po przyjsciu do szkoły, przed jedzeniem, itp.), ochronie podczas kichania i kaszlu oraz unikania dotykania oczu, nosa i ust.
- 2) Każdy uczeń musi posiadać własne przybory i podręczniki, które w czasie zajęć mogą znajdować się na stoliku szkolnym ucznia, w tornistrze lub we własnej szafce (jeżeli szkoła posiada szafki). Uczniowie nie powinni wymieniać się przyborami szkolnymi między sobą.
- 3) Uczeń nie powinien zabierać ze sobą do szkoły niepotrzebnych przedmiotów. Ograniczenie to nie dotyczy dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, w szczególności z niepełnosprawnościami. W takich przypadkach należy dopilnować, aby dzieci nie udostępniały swoich zabawek innym, natomiast opiekunowie dziecka powinni zadbać o regularne czyszczenie (pranie lub dezynfekcję) zabawek, rzeczy.
- 4) Należy pamiętać, że do szkoły może uczęszczać wyłącznie uczeń niewykazujący objawów chorobowych sugerujących infekcję dróg oddechowych.
- 5) Do szkoły nie może uczęszczać uczeń, który przebywa lub zamieszkuje z osobami przebywającymi na kwarantannie lub w izolacji w warunkach domowych.
- 6) Uczniowie mogą być przyprowadzani do szkoły i z niej odbierani przez opiekunów bez objawów chorobowych sugerujących infekcję dróg oddechowych.
- 7) W drodze do i ze szkoły opiekunowie oraz uczniowie przestrzegają aktualnych przepisów prawa dotyczących zachowania w przestrzeni publicznej.
- 8) Przed wejściem do budynku należy obowiązkowo zdezynfekować ręce. Na terenie placówki jest obowiązek zakrywania nosa i ust.
- 9) Rodzic/opiekun może wejść do budynku jedynie w wyznaczonym obszarze.
- 10) Należy zachować dystans społeczny od kolejnego opiekuna z dzieckiem/dziećmi oraz pracowników szkoły min. 1,5m.
- 11) Rodzic/opiekun wyraża zgodę na bezdotkowy pomiar temperatury dziecka w przypadku podejrzenia objawów sugerujących infekcję dróg oddechowych. Pomiaru dokonuje wyznaczony pracownik szkoły.
- 12) W przypadku zaobserwowania u ucznia objawów mogących wskazywać na infekcję dróg oddechowych dziecko zostanie odizolowane od innych osób w wyznaczonym miejscu. Rodzic/opiekun zostanie poinformowany o konieczności odebrania ucznia ze szkoły (rekomendowany własny środek transportu).
- 13) Rodzic/opiekun pisemnie oświadcza, że w miejscu zamieszkania lub pobytu dziecka nie przebywają osoby na kwarantannie ani w izolacji domowej. W przypadku zmiany powyższych rodzic/opiekun zobowiązuje się powiadomić o tym Dyrektora szkoły.

## INFORMACJE DLA NAUCZYCIELI

- 1) Do pracy może przystąpić wyłącznie nauczyciel, który:
  - a) nie wykazuje objawów chorobowych sugerujących na infekcję dróg oddechowych,
  - b) nie jest objęty kwarantanną lub izolacją domową,
  - c) nie zamieszkuje z osobami przebywającymi na kwarantannie lub w izolacji domowej.
- 2) Przy wejściu do budynku należy obowiązkowo zdezynfekować ręce.
- 3) Obowiązkowe są ogólne zasady higieny: częste mycie rąk wodą z mydłem (po przyjeździe do szkoły, przed posiłkiem, po powrocie ze świeżego powietrza, po skorzystaniu z toalety itp.), ochrona podczas kaszlu i kichania oraz unikanie dotykania oczu, nosa i ust.
- 4) Przedmioty, sprzęty i pomoce naukowe, których nie można skutecznie umyć, zdezynfekować lub uprać należy usunąć z sali lub uniemożliwić do nich dostęp uczniom.
- 5) Przybory do ćwiczeń (piłki, skakanki, obręcze, itp.) wykorzystywane podczas zajęć należy czyścić lub zdezynfekować po każdym użyciu.
- 6) Podczas realizacji zajęć, w tym zajęć wychowania fizycznego i sportowych, w których nie można zachować dystansu, należy ograniczyć ćwiczenia i gry kontaktowe.
- 7) Nauczyciele w klasach I-III organizują przerwy dla swoich uczniów w interwałach adekwatnych do potrzeb, jednak nie rzadziej niż co 45 minut.
- 8) Sale lekcyjne należy wietrzyć podczas przerw (co najmniej raz na godzinę), a w razie konieczności również w trakcie zajęć, jeżeli pozwalają na to warunki atmosferyczne.
- 9) W miarę możliwości należy dopilnować, aby każdy z uczniów korzystał z własnych przyborów i podręczników. Uczniowie nie powinni wymieniać się między sobą przyborami szkolnymi.
- 10) Do niezbędnego minimum należy ograniczyć kontakt z personelem kuchennym, pracownikami administracji oraz obsługi sprzątającej.
- 11) W przypadku zaobserwowania u ucznia objawów mogących wskazywać na infekcję dróg oddechowych, w tym w szczególności gorączkę, kaszel należy odizolować ucznia w odrębnym pomieszczeniu lub w wyznaczonym miejscu, zapewniając min. 2m odległości od innych osób i niezwłocznie powiadomić rodziców/opiekunów o konieczności odebrania ucznia ze szkoły (rekomendowany własny środek transportu).

## **PROCEDURA POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU PODEJRZENIA ZAKAŻENIA U PRACOWNIKA**

1. Do pracy mogą przychodzić jedynie osoby, bez objawów chorobowych sugerujących infekcję dróg oddechowych oraz gdy domownicy nie przebywają na kwarantannie lub w izolacji w warunkach domowych lub w izolacji.
2. W miarę możliwości podczas organizowania pracy pracownikom powyżej 60. roku życia lub z istotnymi problemami zdrowotnymi, które zaliczają osobę do grupy tzw. podwyższonego ryzyka, należy zastosować rozwiązania minimalizujące ryzyko zakażenia.
3. Należy wyznaczyć i przygotować (m.in. wyposażenie w środki ochrony i płyn dezynfekujący) pomieszczenie lub wydzielić obszar, w którym będzie można odizolować\* osobę w przypadku zaobserwowania objawów chorobowych.
  1. Pracownicy szkoły zostaną poinstruowani, że w przypadku wystąpienia niepokojących objawów choroby zakaźnej powinni pozostać w domu i skontaktować się telefonicznie z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej, aby uzyskać teleporadę medyczną, a w razie pogarszania się stanu zdrowia zadzwonić pod nr 999 lub 112 i poinformować, że mogą być zakażeni koronawirusem.
  2. W przypadku wystąpienia u pracownika będącego na stanowisku pracy niepokojących objawów infekcji dróg oddechowych powinien on skontaktować się telefonicznie z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej, aby uzyskać teleporadę medyczną).
  3. Obszar, w którym poruszał się i przebywał pracownik z infekcją dróg oddechowych, bezzwłocznie należy poddać gruntownemu sprzątnięciu, zgodnie z funkcjonującymi w podmiocie procedurami oraz zdezynfekować powierzchnie dotykowe (klamki, poręcze, uchwyty itp.) oraz zastosować się do indywidualnych zaleceń wydanych przez organy Państwowej Inspekcji Sanitarnej.
  4. W przypadku potwierdzonego zakażenia SARS-CoV-2 na terenie szkoły należy stosować się do zaleceń państwowego powiatowego inspektora sanitarnego .

\* Rekomenduje się ustalenie listy osób przebywających w tym samym czasie w części/częściach podmiotu, w których przebywała osoba podejrzana o zakażenie i zalecenie stosowania się do wytycznych Głównego Inspektora Sanitarnego dostępnych na stronie <https://www.gov.pl/web/koronawirus/> oraz <https://gis.gov.pl/> odnoszących się do osób, które miały kontakt z zakażonym.



---

## **PROCEDURA POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU PODEJRZENIA ZAKAŻENIA U UCZNIA**

1. Do szkoły mogą przychodzić jedynie zdrowi uczniowie. Jeżeli pracownicy lub rodzice ucznia zauważą niepokojące objawy u ucznia powinni nie przychodzić do szkoły, pozostać w domu i skontaktować się telefonicznie ze stacją sanitarno – epidemiologiczną, oddziałem zakaźnym, a w razie pogarszania się stanu zdrowia zadzwonić pod nr 999 lub 112 i poinformować, że mogą być zakażeni koronawirusem.
2. W szkole zostało przygotowane pomieszczenie służące do odizolowania ucznia, u którego zaobserwowano oznaki chorobowe. Pomieszczenie to jest wyposażenie w środki ochrony osobistej oraz środki do dezynfekcji. W pomieszczeniu tym uczeń z podejrzanymi objawami będzie przebywać w oczekiwaniu na rodziców/ opiekunów prawnych, którzy po poinformowaniu ich o zaistniałej sytuacji powinni jak najszybciej odebrać dziecko ze szkoły. Do czasu pojawienia się rodzica/opiekuna z uczniem w bezpiecznej odległości i przy zachowaniu wszelkich środków ostrożności w miejscu izolacji powinna pozostać osoba wyznaczona przez Dyrektora placówki.
3. Rodzice zobligowani są do powiadomienia o tym fakcie państwowego powiatowego inspektora sanitarnego oraz zastosowania się do uzyskanych tam instrukcji i zaleceń.
4. Obszar, w którym poruszał się i przebywał uczeń należy poddać gruntowanemu sprzątnięciu, zgodnie z funkcjonującymi w podmiocie procedurami oraz zdezynfekować powierzchnie dotykowe (klamki, poręczce, uchwyty itp.).
5. Należy stosować się do zaleceń państwowego powiatowego inspektora sanitarnego przy ustalaniu, czy należy wdrożyć dodatkowe procedury, biorąc pod uwagę zaistniały przypadek.

---

**I. Oświadczenie rodzica/opiekuna prawnego**

.....  
.....  
.....

*(Imię i nazwisko rodzica/opiekuna prawnego,  
adres zamieszkania)*

**Oświadczenie/zgoda**

Oświadczam, że w miejscu zamieszkania lub pobytu mojego dziecka/dzieci .....(imię i nazwisko dziecka/dzieci) nie przebywają osoby na kwarantannie, ani w izolacji domowej. W przypadku zmiany powyższych zobowiązuję się niezwłocznie powiadomić o tym Dyrektora placówki.

Równocześnie wyrażam zgodę na kontrolne sprawdzanie temperatury ciała mojego dziecka z użyciem bezdotykowego termometru przy zaobserwowaniu objawów chorobowych, mogących wskazywać na infekcję dróg oddechowych.

.....  
*(podpis rodzica/opiekuna prawnego)*

# **BEZWZGLĘDNY NAKAZ DEZYNFEKCJI RĄK PRZY WEJŚCIU DO BUDYNKU**



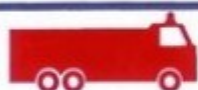
**ZDEZYNFEKUJ RĘCE  
CHROŃ SIĘ  
PRZED WIRUSEM**



## **TELEFONY ALARMOWE**

TELEFON ALARMOWY Z TEL.KOM.

**112**



STRAŻ POŻARNA

**998**



POLICJA

**997**



POGOTOWIE RATUNKOWE

**999**

**NR TEL. DO ORGANU PROWADZĄCEGO**

.....

**NR TEL. DO STACJI SANITARNO – EPIDEMIOLOGICZNEJ**

.....

---

**OBOWIĄZEK ZAKRYWANIA**

**UST I NOSA**



# 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 Pocierać górną część palców prawej dłoni o wewnętrzną część lewej dłoni i odwrotnie



- 2 Pocierać dłoń o dłoń rozprowadzając preparat na całą powierzchnię



- 6 Ruchem obrotowym pocierać kciuk lewej dłoni wewnętrzną częścią prawej dłoni i odwrotnie



- 3 Pocierać wewnętrzną częścią prawej dłoni o grzbietową część lewej dłoni i odwrotnie



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



- 4 Splęć palce i pocierać wewnętrznymi częściami dłoni



- 8 Po wyschnięciu ręce są zdezynfekowane

Ministerstwo Zdrowia



# Jak skutecznie myć ręce?



**1** Zwilż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



**2** Namydł obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



**3** Spleć palce i namydł je.



**4** Namydł kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



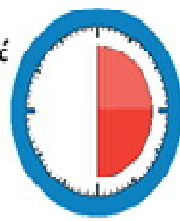
**5** Namydł wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



**6** Namydł obydwa nadgarstki.



**7** Sptucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszusz je starannie.



**Całkowity czas:  
30 sekund**

**Nie zapomnij umyć tych obszarów:**





## Jak skutecznie myć ręce?



**SPŁUCZ DŁONIE WODĄ**



**UŻYJ MYDŁA**



**POCIERAJ DŁONIE  
O SIEBIE ICH  
WEWNĘTRZNĄ STRONĄ**



**UMYJ PRZESTRZEŃ  
POMIĘDZY PALCAMI**



**NIE ZAPOMNIJ  
O KCIUKACH**



**NAMYDL WIERZCH JEDNEJ  
DŁONI WNĘTRZEM  
DRUGIEJ I NA PRZEMIAN**



**SKONCENTRUJ SIĘ NA  
NADGARSTKACH (WCZEŚNIEJ  
ZDEJMIJ BIŻUTERIĘ)**



**DOKŁADNIE OSUSZ  
DŁONIE RĘCZNIKIEM**



**UŻYJ  
JEDNORAZOWEGO  
RĘCZNIKA DO  
ZAKRĘCENIA KRANU**



**TWOJE RĘCE  
SĄ CZYSTE!**

# Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć maseczkę



1



Przed nałożeniem maski **umyj ręce mydłem i wodą** lub  **płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu**

2

**Zakryj usta i nos maską** i upewnij się, że między twarzą a maską **nie ma żadnych przerw**



3



**Unikaj dotykania maski podczas jej używania;** jeśli to zrobisz, umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu

4



**Wymień maskę na nową, gdy tylko będzie wilgotna,** nie używaj ponownie masek jednorazowych



5



**Aby zdjąć maskę - chwyć ją od tyłu za wiązanie** (nie dotykaj przodu maski!)

6

**Wyrzuć maseczkę do zamykanego pojemnika;** umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu



**Nie wrzucaj maseczki do toalety!**





# Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć rękawice



Przed nałożeniem na dłonie rękawic **dokładnie umyj ręce wodą z mydłem** przez minimum 20 sekund

## ZAKŁADANIE:



1

Wyjmij rękawicę z opakowania



2

Uchwyć ją w miejscu, w którym powinien znajdować się nadgarstek i płynnym ruchem wsuń ją na dłoń



3

Nałóż pierwszą rękawicę



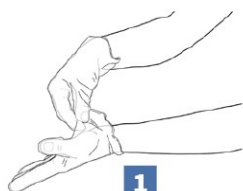
4

Drugą rękawicę wyjmij gołą dłonią



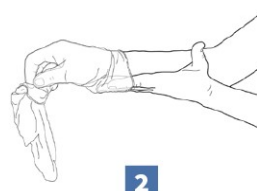
5

Odwiń zewnętrzną powierzchnię nakładanej rękawicy zgitymi palcami dłoni w rękawicy i nałóż na drugą rękę



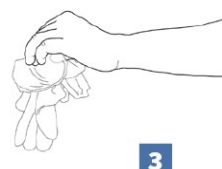
1

Złap palcami jedną rękawicę na wysokości nadgarstka i ściągnij ją wywracając rękawicę wewnętrzną stroną na wierzch



2

Trzymaj zdjętą rękawicę w ręce w rękawiczce i ruchem ślizgowym włóż palec gołej ręki między rękawicę a nadgarstek. Zdejmij drugą rękawicę zdejmując ją wzdłuż dłoni, a następnie naciągnij na trzymaną w palcach rękawicę



3

**Wrzuć zdjęte rękawice do kosza**

## ZDJEMOWANIE:



**Nie wrzucaj rękawiczek do toalety!**



**Nie dotykaj twarzy w rękawiczkach!**