

# **Desatero obce Horní Lomná pro zamezení šíření nákazy koronavirem**

Vážení spoluobčané, situace, v níž se nyní ocitáme, je nyní pro všechny náročná a vzhledem k tomu, že jde zejména o zdraví, je nutno vymezit si závazná pravidla, jimiž se musíme všichni bez výjimky řídit. Ne panika ani stres, ale zodpovědnost, ohleduplnost a pomoc druhému je zde na místě. Je proto nutné dodržovat pravidla krizové situace, které povedou k ochraně nás všech. Věříme, že to společně zvládneme.

Níže stanovená pravidla jsou doporučeními, vyplývajícími z nutných opatření vlády České republiky a dalších orgánů, činných v boji s koronavirem.

1. Dodržujte bezpečný fyzický odstup od ostatních, doporučují se zhruba 2 metry. Virus se šíří kapénkami a pokud se setkáme s někým, kdo je nakažený, tato vzdálenost výrazně snižuje riziko přenosu nákazy.
2. V souvislosti s omezením pohybu osob zůstávejte co možná nejvíce doma. V případě, že musíte do zaměstnání, z nezbytných důvodů za rodinou či blízkými, je zde na místě, abyste tak učinili. Doporučujeme si zvolit jednoho člena rodiny, který bude docházet na nákupy potravin, léků a jiných zdravotních pomůcek. Při cestě ven si vezměte roušku. Řiďte se heslem: „Moje rouška chrání tebe, tvoje rouška chrání mne.“
3. Nemáte-li roušku z lékárny (jedná se o nedostatkové zboží), ušijte si ji podle návodu, který najdete na internetu, v krajním případě si vezměte šátek!!!
4. Dodržujte přísná hygienická pravidla – umývejte si často ruce nejméně po dobu 20-ti sekund teplou vodou a mýdlem. Pokud možno, vyhněte se veřejným dopravním prostředkům, omezte rodinné návštěvy a setkání s přáteli, nepodávejte nikomu ruku.
5. Obecně jsou doporučovány procházky na čerstvém vzduchu. Vyrazte do lesa na procházku. Záměrně se tam však s nikým nescházejte, chodte tam pouze s osobami, které žijí s vámi. Nepořádejte tajné schůzky ve shlucích přátel či známých v přírodě, pak by se toto opatření míjelo svým účinkem.
6. Pokud si potřebujete nutně na obecním úřadu vyřídit nějaké záležitosti, nevstupujte zde bez ústní roušky. Lze-li tyto úkony odložit, učiňte tak. Můžete také zavolat na tel. starosty obce 731 062 497 či do kanceláře 558 366 021. Pro emailovou komunikaci využijte adresu [obec@hornilomna.eu](mailto:obec@hornilomna.eu).

7. Prosíme starší lidi, aby se neostýchali požádat o pomoc své sousedy, známé, rodinu. Přirozeně bychom se sami měli zajímat o potřeby těch z nás, o kterých víme, že žijí sami, nikoho nemají, jsou nemocní, potřebují pomoci např. s nákupem potravin, léků a současné omezení pohybu osob jim tak činí další potíže. K pravidlům lidskosti v současné situaci určitě má patřit soucit, empatie a pomoc.
8. Nabízíme občanům, kteří jsou v karanténě, nebo si nemohou vlastními silami ani s pomocí příbuzných a známých zajistit základní potraviny, zprostředkování informací o možnostech jejich zajištění. V případě potřeby se obraťte na starostu obce telefon: 731 062 497 nebo přímo na telefonní čísla zřízené krizovým štábem moravskoslezského kraje +420 558 340 616 a +420 606 740.
9. Sledujte důvěryhodné zdroje informací, nepodléhejte panice, používejte zdravý rozum. Doporučujeme sledovat stránky Vlády ČR [www.vlada.cz](http://www.vlada.cz), Státního zdravotního ústavu [www.szu.cz](http://www.szu.cz) a ministerstva zdravotnictví [www.mzv.cz](http://www.mzv.cz).
10. Buďte zodpovědní a dodržujte toto desatero, abyste nejen sebe, ale i ostatní spoluobčany nevystavovali riziku nákazy. Buďte optimističtí a věřte, že vše bude v pořádku.

Kamil Kawulok  
starosta obce