

HỘI LHPN TỈNH NINH BÌNH
BAN THƯỜNG VỤ

CỘNG HOÀ XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

Số: 4145/BTV
V/v chỉ đạo tổ chức
sinh hoạt hội viên quý III/2020

Ninh Bình, ngày 4 tháng 8 năm 2020

Kính gửi: Ban Thường vụ Hội LHPN các huyện, thành phố, đơn vị trực thuộc.

Trong thời gian gần đây, tình hình dịch bệnh Covid-19 tiếp tục có diễn biến phức tạp, Ban Thường vụ Hội LHPN tỉnh thống nhất chỉ đạo tổ chức sinh hoạt hội viên quý III/2020 như sau:

1. Hình thức sinh hoạt

Có thể lựa chọn một trong những hình thức để tổ chức sinh hoạt hội viên như: Tuyên truyền tài liệu sinh hoạt hội viên trên Đài Truyền thanh cấp xã, facebook, nhóm zalo, ... Tài liệu sinh hoạt hội viên quý III/2020 đã được Hội LHPN tỉnh biên soạn và đăng tải tại địa chỉ: <https://hoiphununinhbinh.org.vn>.

2. Nội dung sinh hoạt

Học tập tài liệu sinh hoạt hội viên với chủ đề “Phụ nữ Ninh Bình tích cực phòng, chống dịch bệnh COVID-19”. Ôn lại lịch sử của cuộc Cách mạng tháng 8 và Quốc Khánh 2/9 kỷ niệm 75 năm Cách mạng tháng 8 và Quốc Khánh 2/9. Tiếp tục thi đua lập thành tích chào mừng Đại hội đại biểu Đảng bộ tỉnh Ninh Bình lần thứ XXII, 90 năm Ngày thành lập Hội LHPN Việt Nam.

Ban Thường vụ Hội LHPN tỉnh yêu cầu Ban Thường vụ Hội LHPN các huyện, thành phố, đơn vị trực thuộc chỉ đạo Hội LHPN cấp cơ sở nghiêm túc thực hiện.

Nơi nhận:

- Như Kính gửi;
- Lưu VT, TGCSPL.

TM. BAN THƯỜNG VỤ
CHỦ TỊCH



Nguyễn Thị Tĩnh



Phụ nữ Ninh Bình tích cực phòng, chống dịch bệnh Covid-19 *(Tài liệu sinh hoạt hội viên quý III/2020)*

Hiện nay, Việt Nam đã bước vào giai đoạn 2 phòng, chống dịch bệnh Covid-19. Số ca mắc lây lan trong cộng đồng tiếp tục xuất hiện tại một số địa phương. Để mỗi gia đình, mỗi phụ nữ là một chiến sĩ trên mặt trận chống dịch bệnh, dịp sinh hoạt hội viên kỳ này, chúng ta cùng tìm hiểu và thực hiện đầy đủ các biện pháp phòng, chống dịch bệnh để bảo vệ bản thân, gia đình, tránh nguy cơ dịch bệnh bùng phát tại cộng đồng.

I. Tìm hiểu về Covid-19

Câu hỏi 1: *Người nhiễm Covid-19 có những triệu chứng như thế nào?*

Trả lời: Người bị nhiễm Covid-19 có các triệu chứng điển hình như: Đau nhức đầu, khó chịu; sốt cao trên 38 độ; ho hoặc đau họng; chảy nước mũi; khó thở; đau mỏi cơ. Nếu có các triệu chứng như trên, người nhiễm bệnh cần thông báo cho các cơ sở y tế tại địa phương và làm theo hướng dẫn.

Câu hỏi 2: *Độ tuổi nào dễ bị nhiễm Covid-19?*

Trả lời: Người dân ở mọi lứa tuổi đều có thể bị mắc Covid-19. Tuy nhiên, người cao tuổi, người có bệnh mãn tính như bệnh hen phế quản, bệnh tiểu đường, bệnh tim mạch, bệnh ung thư... sẽ dễ bị mắc, bệnh thường nặng hơn và tử vong nhanh.

Câu hỏi 3: *Đeo khẩu trang để phòng Covid-19 như thế nào là đúng cách?*

Trả lời: Khẩu trang y tế chỉ sử dụng 1 lần rồi vứt vào thùng rác an toàn, có nắp đậy; đối với khẩu trang vải có thể dùng nhiều lần khi đã được giặt sạch với nước giặt sau mỗi lần sử dụng. Khi đeo khẩu trang phải che kín cả mũi lẫn miệng, nếu là khẩu trang y tế phải để mặt xanh/xám ra ngoài. Tuyệt đối không sờ tay vào khẩu trang, không dùng tay cầm vào khẩu trang để tháo ra. Khi tháo khẩu trang chỉ được cầm vào dây đeo qua tai, tháo ra cho vào thùng rác an toàn. Rửa tay ngay sau khi tháo bỏ khẩu trang vì các thói quen này sẽ gây lây nhiễm vì rút cho bàn tay sau đó truyền bệnh lại cho chính mình và những người xung quanh.

Câu hỏi 4: *Những người từ vùng dịch trở về cộng đồng cần làm những việc gì?*

Trả lời: Cần tự cách ly tại nhà và theo dõi sức khỏe trong vòng 14 ngày. Cần khai báo với cơ quan sở tại nơi gần nhất để được hỗ trợ khi cần thiết. Nếu có dấu hiệu sốt, ho, khó thở phải đeo khẩu trang bảo vệ, thông báo ngay đến cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám, điều trị kịp thời. Khi đến cần gọi điện trước để thông tin về các triệu chứng và lịch trình đã di chuyển trong thời gian gần đây để có biện pháp hỗ trợ.

Câu hỏi 5: *Có cách nào để phát hiện bản thân có tiếp xúc gần với người nhiễm Covid-19 không ?*

Trả lời: Để phát hiện bản thân có tiếp xúc gần với người nhiễm Covid-19, Bộ Y tế khuyến cáo người dân cần cài đặt ứng dụng phát hiện tiếp xúc gần Bluezone trên điện thoại thông minh của cá nhân. Ứng dụng này sẽ cảnh báo nguy cơ lây nhiễm Covid-19 giúp bảo vệ bản thân và gia đình.

Câu hỏi 6: *Làm thế nào để phòng, chống dịch bệnh Covid-19 ?*

Trả lời: Để phòng, chống dịch bệnh Covid-19, cần thực hiện các việc sau đây: Thường xuyên rửa tay đúng cách bằng xà phòng dưới vòi nước sạch, hoặc bằng dung dịch sát khuẩn có cồn (ít nhất 60% cồn). Đeo khẩu trang khi ra ngoài, đến nơi công cộng, trên phương tiện giao thông công cộng và đến cơ sở y tế. Tránh đưa tay lên mắt, mũi, miệng. Che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi bằng khăn giấy, khăn vải, khuỷu tay áo. Tăng cường vận động, rèn luyện thể lực, dinh dưỡng hợp lý xây dựng lối sống lành mạnh. Giữ vệ sinh nhà cửa sạch sẽ, thông thoáng, thường xuyên lau rửa các bề mặt hay tiếp xúc. Hạn chế tụ tập đông người, hạn chế đi lại khi công việc không thực sự cần thiết, giữ khoảng cách an toàn khi tiếp xúc với người xung quanh.

Nếu bản thân và người thân trong gia đình có dấu hiệu sốt, ho, hắt hơi, và khó thở, hãy tự cách ly tại nhà, đeo khẩu trang và gọi cho cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám và điều trị. Nếu bản thân từ vùng có dịch bệnh trở về cần tự cách ly, theo dõi sức khỏe, khai báo y tế đầy đủ.

II. Những việc hội viên, phụ nữ cần làm phòng, chống dịch bệnh Covid-19

1. Tích cực học tập, nâng cao kiến thức, kỹ năng phòng, chống dịch bệnh COVID-19. Thường xuyên cập nhật tình hình dịch bệnh trên các phương tiện thông tin đại chúng, trang Thông tin điện tử của Hội LHPN tỉnh tại địa chỉ: <http://hoiphununinhbinh.org.vn>.

2. Chủ động thực hiện các biện pháp phòng bệnh đúng cách. Thực hiện tốt Cuộc vận động “Xây dựng gia đình 5 không, 3 sạch”. Tập trung vệ sinh môi trường, đường làng ngõ xóm/phố, khơi thông cống rãnh, trồng hoa, trồng cây xanh...

3. Cài đặt ứng dụng phát hiện tiếp xúc gần Bluezone trên điện thoại thông minh của cá nhân tại địa chỉ : <https://bluezone.gov.vn/>)

4. Không bình luận, chia sẻ, phát tán thông tin từ nguồn tin không chính thống, không đúng sự thật về dịch bệnh Covid-19 (nhất là trên facebook, zalo, các trang mạng xã hội...) gây hoang mang dư luận.