

Trump przypisuje Big Pharmie „cudowny” powrót do zdrowia, zapominając o cynku i witaminie D, które przyjmował



Po zaledwie trzech krótkich dniach w Walter Reed National Military Medical Center, prezydent Trump wrócił do Białego Domu, zachwalając swoje „cudowne” ozdrowienie z koronawirusa z Wuhan (covid-19), które przypisuje Big Pharmie, nie mówiąc [absolutnie nic](#) o witaminie D i cynku, które przyjmował.

Zwracając się do seniorów na mniej niż miesiąc przed dniem wyborów, jak zrobiłby to każdy polityk, Trump nazwał tych w jego wieku demograficznym „ulubionymi ludźmi na świecie”. Następnie obiecał im, że wkrótce będą mieli dostęp do tych samych leków, które otrzymał w Walter Reed, i to bez dodatkowych kosztów.

„Robimy ogromne postępy w tej straszliwej chorobie, która została zesłana przez Chiny” – ogłosił Trump w filmie, który nakręcił stojąc na trawniku w Białym Domu. „Chiny zapłacą wysoką cenę za to, co zrobiły światu i nam”.

„Ale mamy teraz medykamenty i nazywam je lekarstwem – poszedłem do szpitala tydzień temu, byłem bardzo chory i wziąłem to lekarstwo i to było niewiarygodne, to było niewiarygodne” – kontynuował Trump. „Mogłem wyjść następnego dnia – wcześniej – wpływ jaki to wywarło był niesamowity”.

Ponieważ osoby starsze są uważane za szczególnie podatne na koronawirusa z Wuhan (covid-19), Trump zapewnił ich, że leki, które otrzymał w ramach swojego protokołu leczenia, wraz z „innymi podobnymi do niego, prawie identycznymi”, będą udostępnione „natychmiast”. Dzieje się tak dzięki zezwoleniu na stosowanie w nagłych wypadkach wydanym przez Amerykańską Agencję ds. Żywności i Leków (FDA), na które Trump wskazał, że jest bliski podpisania.

„FDA osiągnęła poziom, na którym nigdy wcześniej się nie poruszała”, Trump ujawnił o szybkim podejściu jego i FDA do dostarczania leków na COVID-19 Amerykanom z 'prędkością warp'.

„Rzeczy, które zajęłyby dwa, trzy, cztery lata, zajmują kilka tygodni lub nawet mniej, a to dzięki mnie” – chwalił się dalej.

Czy Trump naprawdę jest po stronie ludzi, czy też jest w kieszeni Big Pharmacy?

Nie używając żadnych prawdziwych nazw do opisanie leków, które, jak twierdzi, otrzymał, Trump stwierdził, że jeden w szczególności „był niewiarygodny”, pomagając mu poczuć się wyleczonym w ciągu zaledwie kilku godzin.

„Dostaniesz to samo lekarstwo, dostaniesz je za darmo, bez opłat i wkrótce je dostaniesz” – mówił Trump o tym konkretnym leku.

„A fajne jest to, że jest wytwarzany przez wiele firm, jest całkowicie bezpieczny, ale jest potężny przeciwko tej chorobie. Więc zamierzamy ci to przekazać, będziemy dbać o naszych seniorów, wszystko za darmo”.

Jeśli chodzi o witaminę D i cynk, Trump nie wspomniał jednak o żadnej z nich – chyba że przypadkowo „lekarstwa”, o których mówi, są w rzeczywistości tymi dwoma naturalnymi lekami, zobaczymy.

[Udowodniono naukowo, że](#) witamina D pomaga chronić przed koronawirusem z Wuhan (covid-19), a cynk jest składnikiem odżywczym, który wraz z hydroksychlorochiną okazał się być prawdopodobnie [najskuteczniejszym lekarstwem](#) na koronawirusa z Wuhan (covid- 19).

Zielona herbata, która zawiera silny składnik leczniczy znany jako galusan epigallokatechiny lub EGCG, jest kolejnym wysoce skutecznym [lekiem na koronawirusa Wuhan \(covid-19\)](#), o którym Trump nie wspominał publicznie.

Trump, niestety, wypychał również szczepionki przeciwko koronawirusowi z Wuhan (covid-19), które zawierają nanotechnologię zdolną do zmiany twojego DNA i przekształcenia cię w trans-człowieka – [sprawdź Raport Health Ranger poniżej, aby dowiedzieć się więcej](#) (materiał po angielsku).

Źródła:

[Twitter.com](#)

[NaturalNews.com](#)

[NaturalNews.com](#)

[NaturalNews.com](#)

Ministerstwo Zdrowia: Zero tolerancji dla nieprzestrzegania obstrzeżeń



Przestrzeganie obostrzeń to nie tylko nasz obowiązek względem siebie, ale również nasza odpowiedzialność za inne osoby – podkreślił we wtorek minister zdrowia Adam Niedzielski. Ogłosił tym samym „politykę zero tolerancji” dla nieprzestrzegania obostrzeń.

We wtorek w Ministerstwie Zdrowia odbyła się konferencja prasowa z udziałem szefa MZ oraz komendanta głównego policji Jarosława Szymczyka, podczas której Niedzielski podkreślił, że „w dobie eskalacji pandemii ([wirusa KPCh](#), Komunistycznej Partii Chin, powszechnie znanego jako nowy koronawirus – przyp. redakcji) nie ma miejsca na egoizm. [...] Przestrzeganie obostrzeń to nie tylko nasz obowiązek względem siebie, ale również nasza odpowiedzialność za inne osoby”.

Minister zdrowia powiedział, że w ostatnich dniach prawnicy policji i ministerstwa pracowali wspólnie nad wypracowaniem takiej formuły obostrzeń, które będą łatwiej egzekwowalne. Wśród wypracowanych rozwiązań wymienił to, że bez maseczki, tam gdzie jej posiadanie jest konieczne, „będzie mogła przebywać tylko osoba posiadająca odpowiednie zaświadczenie lekarskie lub dokument potwierdzający niemożność noszenia

maseczki, potwierdzający niepełnosprawność”.

„Każda osoba bez maseczki, która nie będzie posiadała dokumentu, będzie z całą surowością karana” – podkreślił. „Chcemy ogłosić politykę zero tolerancji dla nieprzestrzegania tych surowych zasad dotyczących obostrzeń i zasad współżycia społecznego związanego z przestrzeganiem DDM: dezynfekcji, dystansu i maseczek” – powiedział Niedzielski.

Zakrywaj usta i nos w:

☐ *autobusach i tramwajach*

☐ *sklepach*

☐ *kinach i teatrach*

☐ *salonach masażu i tatuażu*

☐ *kościółach*

☐ *urzędach*

☐ *placówkach ochrony zdrowia*

☐ *miejscach ogólnodostępnych, jeśli nie możesz zachować dystansu* [↔ pic.twitter.com/wV9oxLnzpd](https://pic.twitter.com/wV9oxLnzpd)

– *Ministerstwo Zdrowia (@MZ_GOV_PL)* [October 2, 2020](#)

„To pokazuje, z jak poważną sytuacją mamy do czynienia. Pokazuje, jak śmiertelnym zagrożeniem jest pandemia koronawirusa” – powiedział. Stwierdził też, że wiele osób nie stosuje się do obostrzeń, mimo tego że resort przekonuje o zagrożeniu.

„Mimo tego że od dłuższego czasu staramy się przekonywać o tym, z jakim niebezpieczeństwem mamy do czynienia, jak ważne jest stosowanie środków prewencyjnych: zachowanie dystansu, noszenie maseczki, jak ogromne znaczenie ma przestrzeganie obostrzeń, które są wprowadzane systematycznie w czasie, to nie zawsze te obostrzenia są przestrzegane. Nie zawsze te normy współżycia społecznego, bo tak już traktuję noszenie maseczki, są przestrzegane przez wszystkich” – mówił.

„Drugi obszar, w którym chcemy poprawić jakość przepisów to są zgromadzenia [...]. Zdecydowaliśmy się na wprowadzenie wymogu odległości od poszczególnych zgromadzeń co najmniej 100 m. Do tej pory mieliśmy do czynienia z taką praktyką, że te zgromadzenia były zgłaszane praktycznie w jednym miejscu” – poinformował Niedzielski.

Szef resortu zdrowia poinformował także o planowanym zakazie udostępniania lokali do imprez. „Niestety część lokali, które nie mają w swojej działalności gospodarczej robienia imprez, które – przypominam – są zakazane we wszystkich strefach, udostępniały swoją przestrzeń. Wprowadzamy jednoznaczne przepisy, które spowodują, że każda taka impreza, która będzie odbywała się ‘przy okazji’, jak to się mówiło podczas tłumaczenia, będzie naruszeniem przepisów rozporządzenia” – powiedział Niedzielski.

Minister zdrowia zapowiedział jednocześnie, że system alertów, czyli SMS-ów rozsyłanych przez Rządowe Centrum Bezpieczeństwa, będzie wykorzystywany – mówił – żeby informować mieszkańców o wprowadzeniu konkretnej strefy. Szef resortu zdrowia zaznaczył, że codziennie monitorowane jest to, jak wygląda poziom zakażeń w poszczególnych powiatach.

Minister @a_niedzielski w [#MZ](#): Od soboty (10 października) obowiązek zasłaniania ust i nosa będzie wprowadzony zarówno w strefie żółtej jak i czerwonej.

– Ministerstwo Zdrowia (@MZ_GOV_PL) [October 6, 2020](#)

„Jeżeli byśmy dzisiaj podejmowali decyzje o nowych strefach, to mielibyśmy stref w kraju ponad 100” – powiedział Niedzielski. Dodał, że skala zjawiska jest tak potężna, że te obostrzenia muszą być zaostrzane, „a z drugiej strony także dajemy pewną wartość informacyjną”. Przypomniał, że ogłaszanie danych stref, które co do zasady zaczynają obowiązywać od soboty, następuje najczęściej w czwartki, dzięki czemu

mieszkańcy tych stref mają czas, żeby się przygotować do wprowadzanych reguł przeciwdziałających rozprzestrzenianiu się epidemii”.

Z kolei komendant główny policji generalny inspektor Jarosław Szymczyk zapowiedział, że policja będzie bardzo rygorystycznie podchodzić do obowiązku zasłaniania ust i nosa. Zwrócił uwagę, że do tej pory przepisy pozwalają na niezasłanianie twarzy i nosa ze względu na dysfunkcje wymienione w rozporządzeniu. W jego ocenie niestety jest to bardzo często nadużywane przez niektóre osoby.

Szymczyk poinformował, że minionej doby funkcjonariusze odnotowali 2150 naruszeń obowiązku zakrywania ust i nosa w całym kraju. Wystawiono zaledwie 100 mandatów i około 50 wniosków o ukaranie. „A więc blisko 2 tys. przypadków to były tylko pouczenia. Nie przynosi to pożądanego efektu, bo od początku naszych działań 165 tys. przypadków łamania przepisu zobowiązującego nas do zakrywania ust i nosa zostało złamanych” – przekazał.

Wyjaśnił, że w każdym przypadku naruszenia przepisów policjant będzie decydował, czy ograniczy się do pouczenia, nałoży mandat, wniosek o ukaranie lub wniosek do inspekcji sanitarnej o wdrożenie postępowania administracyjnego.

Autor: Dorota Stelmaszczyk

Wypróbuj proste metody na wzmocnienie swojej odporności



Przeważnie infekcje zaczynają nam doskwierać, gdy na horyzoncie pojawia się jesienna plucha. Można jednak to zmienić, dbając o swoją odporność. Im wcześniej się za to zabierzemy, tym bardziej wyjdzie nam to na zdrowie. Sposoby są często dużo prostsze do wprowadzenia w życie, niż nam się wydaje. Wystarczy przyjrzeć się codziennym zwyczajom i sięgnąć do domowych metod, które sprawdzają się od pokoleń.

Świetna wiadomość dla wielbicieli snu

Należy pamiętać o odpoczynku i wysypianiu się, ponieważ przemęczony organizm staje się bardziej podatny na infekcje. Gdy śpimy, szyszynka wydziela melatoninę, która przyczynia się m.in. do wzmocnienia układu odpornościowego, zwiększając produkcję limfocytów. Jako przeciwutleniacz niszczy też wolne rodniki i regeneruje organizm człowieka. Poziom melatoniny jest uzależniony od światła, im jest ciemniej, tym więcej jej [powstaje](#), nazywa się ją więc „hormonem nocy” lub „hormonem snu”. Dlatego [aby sen przyniósł najwięcej korzyści](#), zaleca się sypianie w całkowitej ciemności. Jakość snu poprawia też cisza, nie zapominajmy zatem o wyłączeniu na noc urządzeń elektronicznych. Emitują one z pozoru niegłośny szum. Dźwięk ten powoduje wzrost poziomu adrenaliny, co skutkuje stresem i obniżeniem [odporności](#).

Naszemu ciału i umysłowi [nie służy zdenerwowanie](#), które zmniejsza sprawność sił obronnych, za to pomaga pozytywny nastrój, uśmiechanie się, w efekcie czego uwalniają się endorfiny, naturalne substancje przeciwzapalne.

Ruch

Doskonałą profilaktyką prozdrowotną jest aktywność fizyczna, która zapewnia nam kondycję psychofizyczną. Ruch, zwłaszcza na świeżym powietrzu, poleca się wszystkim, niezależnie od wieku.

Chcesz, by organizm lepiej radził sobie ze zmianami temperatury i warunkami pogodowymi, postaraj się go zahartować. Przykładowo bierz rano naprzemienny prysznic – polewaj się parokrotnie wodą, poczynając od ciepłej, a kończąc na zimnej.

Kolorowo na talerzu

Pora wyrobić dobre nawyki żywieniowe. Nasz jadłospis powinien obfitować w dużą ilość warzyw i owoców, które zawierają antyoksydanty, np. witaminy A, C, E, karotenoidy, bioflawonoidy, cynk i selen. Przeciwutleniacze zwalczają wolne rodniki. Naturalna bomba warzywno-owocowa każdego dnia pomoże stworzyć „obronną twierdzę”, chroniącą przed natarciem bakterii i wirusów. Sięgajmy często m.in. po marchew, szpinak, jarmuż, brokuły, dynię, bataty, pomidory, czerwoną paprykę, pietruszkę, czarne i czerwone porzeczki, borówki amerykańskie, truskawki (także te mrożone).

Co do cytrusów, to spotyka się informacje, że mają one właściwości wychładzające i nasz organizm musi włożyć sporo energii, żeby zwiększyć ich temperaturę i móc je strawić. Dlatego zjadajmy się nimi w upały, a w okresie jesienno-zimowym lepiej ograniczyć ich spożycie. Do naparów i herbatek zamiast cytryny świetnie nadaje się rosnąca także w Polsce [pigwa](#), obfite źródło witaminy C, a także A i witamin z grupy B oraz składników mineralnych, takich jak potas, magnez, żelazo, wapń.

W chłodniejsze dni dobrze jest gotować potrawy rozgrzewające, np. wszelkiego rodzaju zupy, doprawiane aromatycznymi przyprawami [typu imbir](#), kurkuma, majeranek, oregano, czosnek,

pieprz cayenne, curry, chili, cynamon. Wspomniane przyprawy nie tylko rozgrzewają, lecz także mają właściwości bakteriobójcze i antywirusowe.

W szarugowe poranki kanapki można zastąpić ciepłą owsianką lub królową kasz – kaszą jaglaną, która zawiera składniki mineralne, [witaminy](#), rozgrzewa i ma właściwości antywirusowe. A jeśli już zdarzy się infekcja, to pomoże ją zwalczać. Usuwa nadmiar śluzu z [organizmu](#). Ciepłe śniadanie można przyprawić nutą imbiru i cynamonu, orzechami i owocami, siemieniem lnianym.

Śniadanie powinno spożywać się w ciągu godziny od przebudzenia. Komórki układu immunologicznego muszą być regularnie odżywiane, by były w stanie przeciwdziałać [drobnoustrojom](#).

Kasza jaglana wyśmienicie sprawdza się jako wytrawny składnik np. drugiego dania lub sałatek.

Tradycyjne zamiłowanie Polaków do kiszonek z kapusty, ogórków, soku z kiszzonego buraka, domowego kwasu chlebowego i własnej produkcji octu jabłkowego to, poza walorami smakowymi, rewelacyjna metoda dostarczania organizmowi naturalnych probiotyków, które zapewniają zdrowie naszych jelit. Dzięki równowadze bakteryjnej w jelitach zostaje zahamowany rozwój patogenów i stymuluje się układ immunologiczny.

Czosnek, cebula strzegą odporności, więc warto je mieć często na talerzu. Dzieciom można „przemycić te dość piękące przysmaki”, robiąc z nich syropy, np. zalewane miodem.

Inne skarby

Skorzystajmy z dobrodziejstwa aloesu, który ma w sobie wiele przeciwutleniaczy i minerałów, dzięki czemu dba o równowagę flory jelitowej oraz pobudza makrofagi niszczące m.in. drobnoustroje. Z jego miąższu można przygotować sok.

W spiżarni nie powinno zabraknąć źródeł witamin w postaci soku z malin czy z owoców lub z kwiatów bzu. Można ich smakiem urozmaicać ziołowe napary, np. z czystka, bogatego w polifenole, które neutralizują wolne rodniki, hamują powstawanie i rozwój stanów zapalnych.

Napar z hibiskusa lub dzikiej róży, które dostarczą dawkę witaminy C, można osłodzić miodem, np. malinowym bądź lipowym. Ważne, by zrobić to dopiero, gdy napar ostygnie, inaczej bowiem ten „złoty nektar” utraci swoje [drogocenne właściwości](#). Wśród nich jest działanie przeciwzapalne, przeciwbakteryjne, wykrztuśne, uodparniające, chroni przed rozwojem zakażenia.

Rozgrzewająca herbatka z kwiatostanu lipy polecana jest wieczorem, bo działa napotnie.

Warto też wrzucać do naparów antyseptyczne [goździki](#), pyszne w połączeniu z imbirem i miodem lub w indyjskim masala czaj.

Skarbem mogą być także oleje – np. z [czarnuszki](#), zwiększający poziom przeciwciół w naszym organizmie, czy olej lniany zawierający [kwasy omega-3](#), poprawiające kondycję układu immunologicznego.

Sposobów budowania odporności jest mnóstwo, to jedynie przykłady. Wiele z nich pamiętamy z dzieciństwa, a do dobrych praktyk warto wracać.

Źródła:

[PoradnikZdrowie](#)

[StudioŻycia](#)

[Poradnik Zielarski](#)

[WP abcZdrowie](#)

[Medonet](#)

[Onkonet](#)

Fauci przyznaje, że witaminy C i D minimalizują ryzyko zachorowania na COVID-19



Hollywood może być zamknięte, ale jego kukiełki wciąż są zajęte umieszczaniem programów w mediach społecznościowych. Jedną z nich, Jennifer Garner, rozmawiała z niesławnym Anthonyem Fauci podczas niedawnej transmisji na żywo na Instagramie, w czasie której [Fauci przyznał się](#) do przyjmowania witamin C i D, aby zapobiec infekcji.

Omawiając różne sposoby zminimalizowania ryzyka „złapania” koronawirusa z Wuhan (COVID-19), Fauci powiedział Garner, że suplementacja tymi witaminami nie byłaby najgorszym pomysłem, które, jak twierdzi, regularnie przyjmuje, aby zachować zdrowie.

„Jeśli masz niedobór witaminy D, ma to wpływ na Twoją podatność na infekcje” – powiedział Garnerowi za pośrednictwem platformy cyfrowej Fauci. „Nie miałbym nic przeciwko poleceniu i robię to sam, biorąc suplementy witaminy D”.

Witamina D, jak wiadomo, jest silnym pro-hormonem, badania pokazują, że chroni przed wszelkiego rodzaju dolegliwościami – niestety, większość populacji światowej ma jej niedobór.

Fauci przyznał, że inną witaminą, którą powinni przyjmować,

jest witamina C, „ponieważ jest dobrym przeciwutleniaczem”. Fauci dodał, że jeśli ludzie chcą zażyć „gram witaminy C, to byłoby w porządku”, ponieważ wiadomo, że wspomaga układ odpornościowy.

Fauci: Żadne inne suplementy nie działają poza witaminami C, D

Zanim zaczniesz przypuszczać, że Fauci nagle stał się dobrym wujkiem, pomyśl o tym co mówi na temat innych witamin i suplementów, że w żaden sposób nie wspomagają zdrowia ludzkiego, a zatem należy ich unikać.

Dobrze przeczytałeś: według Fauciego tylko witaminy C i D, które przyjmuje, są skuteczne. Jak twierdzi, wszystko inne jest „bezużyteczne lub gorsze”, cytując Gabby Landsverk z *Insider*.

„Odpowiedź, ku przerażeniu wielu, brzmi nie” – tak odpowiedział Fauci na pytanie Garner, czy jakiegokolwiek inne witaminy, suplementy, pigułki, rośliny lub proszki mogą pomóc chronić ludzi przed koronawirusem z Wuhan (COVID-19).

Landsverk, popierając Fauciego, przedstawia koloidalne srebro i dwutlenek chloru, znane również jako „cudowny roztwór mineralny”, jako dwa przykłady rzekomo „fałszywych” wzmacniaczy układu odpornościowego, które, według Fauciego, nie zapewniają żadnej ochrony przed koronawirusem z Wuhan (COVID-19) lub innymi infekcjami.

„Zapomnij o nich” – oświadczył Fauci. „Nie zrobił bym żadnych mikstur czy ziół”.

To oczywiście ten sam Fauci, który 15 lat temu powiedział, że hydroksychlorochina (HCQ) jest skutecznym lekarstwem na koronawirusy, który teraz twierdzi, że HCQ jest bezużyteczna i niebezpieczna w leczeniu odmiany z Wuhan.

Fauci był ponadto współwinny w ograniczaniu dostępu HCQ

pacjentom w potrzebie, wspierając FDA i inne rządowe agencje w utrzymywaniu generycznego leku przeciw malarii pod kluczem – nawet gdy ludzie niepotrzebnie *umierają z powodu* infekcji, których można zapobiec.

Chociaż twierdzenia Fauciego dotyczące witamin C i D są jak najbardziej trafne, głupiec twierdzi, że nic poza szczepionkami i lekami farmaceutycznymi nie jest w stanie zapewnić jakiegokolwiek ochrony przed chorobami. Innymi słowy, nie jest to ktoś, komu warto ufać.

Inne rady Fauciego obejmują zamykanie teatrów przez co najmniej rok po tym, jak szczepionka przeciwko koronawirusowi z Wuhan (COVID-19) stanie się dostępna na rynku, a także [stworzy się przestrzenie kwarantanny](#) dla uczniów, aby mogli „bezpiecznie” wrócić do szkoły tej jesieni i następnej wiosny.

„Cała sprawa może się rozpaść, jeśli nie poradzisz sobie z tym dobrze” – stwierdził ze strachem Fauci podczas niedawnego wywiadu telefonicznego dla *CNN* .

Fauci jest oczywiście oszustem, nawet jeśli od czasu do czasu ma rację. Aby być na bieżąco z najnowszymi informacjami o tym stworzeniu z bagien głębokiego stanu, sprawdź [Deception.news](#) .

Źródła:

[Insider.com](#)

[NaturalNews.com](#)

[NaturalNews.com](#)

[CNN.com](#)

Minister edukacji – Dyrektor nie może żądać od rodzica oświadczenia o stanie zdrowia dziecka



Dyrektor nie może żądać od rodzica oświadczenia o zrzeczeniu się ewentualnych roszczeń, np. z powodu zachorowania dziecka na COVID-19 lub o stanie zdrowia dziecka. To niezgodne z prawem – podkreślił w czasie czwartkowej konferencji prasowej minister edukacji Dariusz Piontkowski.

„Nie ma podstawy prawnej, by dyrektor żądał od rodzica zrzeczenia się ewentualnych roszczeń z powodu zachorowania czy jakiejś krzywdy, która by się stała dziecku w szkole, niekoniecznie związanej z epidemią. Jest to niezgodne z prawem i dyrektor nie może żądać tego typu oświadczeń. Podobnie jak i oświadczeń o stanie zdrowia dziecka. Rozumiemy w domyśle, że jeżeli dziecko przychodzi do szkoły, to rodzic uważa, że dziecko jest zdrowe” – wyjaśnił Piontkowski.

Czy szkoła ma prawo żądać od rodziców dokumentów, zaświadczeń o stanie zdrowia dziecka? [#BezpiecznyPowrótDoSzkoly](#) [#bezpieczeństwo](#) [#szkoła](#) pic.twitter.com/B2bXTbmqsY

– Ministerstwo Edukacji Narodowej (@MEN_GOVPL) [September 10, 2020](#)

Szef resortu przypomniał też, że dzieci chore nie mogą przychodzić do szkoły, jak również te, których bliski objęty jest kwarantanną. Ponadto rodzice powinni uczulać dzieci, by nie dzieliły się drugim śniadaniem z kolegami, nie przynosiły zbędnych przedmiotów, nie pożyczwały przyborów szkolnych, odchodziły od nawyku dotykania ust i nosa rękami, a jeśli poczują się źle, by zgłosiły to natychmiast nauczycielowi.

Dzieci powinny również przestrzegać zasad sanitarnych – myć ręce. Wystarczy woda i mydło. „Chodzi o to, by było to naturalnym odruchem, nie tylko w szkole” – mówił Piontkowski. Wytłumaczył, że nie ma obowiązku noszenia maseczek w szkole, choć część dyrektorów, np. ze względów architektonicznych budynku [szkoły](#) (wąskie korytarze), wprowadziło go w regulaminie swojej placówki.

„Również rodzic, jako osoba przychodząca z zewnątrz, jest zobowiązany maseczkę założyć. Ta zasada obowiązuje także w przedszkolach. Rodzic powinien też zdezynfekować ręce przy wejściu” – tłumaczył.

Autorki: Klaudia Torchała, Danuta Starzyńska-Rosiecka, PAP.