

Samospráva musí fungovať ďalej

Úradné hodiny v čase krízy, komisia rozvoja, organizačná štruktúra.



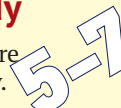
Všetko o koronavíruse SARS - Cov - 2

Čo spôsobuje nový koronavírus? Ako dlho prežije koronavírus?



Rady a odporúčania Opatrenia vlády

Domáca karanténa, opatrenia pre obyvateľov, školy, zamestnancov.



ŤAHANOVSKÉ

noviny

1/2020

Štvrtročník MČ Košice - Sídliisko Ťahanovce

Ročník XVII

Apríl 2020



COVID - 19

Vážení obyvatelia, milí čitatelia,

vzhľadom na mimoriadnu situáciu, spojenú so šírením nebezpečného koronavírusu, ktorý môže mať fatálne následky pre ohrozenú časť obyvateľstva (seniori, chronickí pacienti a obyvatelia so zníženou imunitou), vydáva mestská časť mimoriadne Ťahanovské noviny v improvizovanom vizuáli a s aktualizovaným obsahom tak, aby obyvatelia, ktorí nemajú prístup k internetu, prípadne nemajú možnosť sa zorientovať v informáciách, ktoré prinášajú elektronické komunikačné prostriedky (televízia, rozhlas), boli informovaní o najdôležitejších opatreniach.

Prinášame Vám okrem aktuálnych informácií zo života mestskej časti aj základné informácie o samotnom koronavíruse a o ochorení, ktoré vyvoláva, ako aj informácie o tom, kam sa môžete obrátiť, ak potrebujete pomoc. V neposlednom rade prinášame prvotné opatrenia vlády Slovenskej republiky, ktoré sa týkajú škôl, zamestnaných rodičov detí, ako aj ohrozených skupín obyvateľstva.

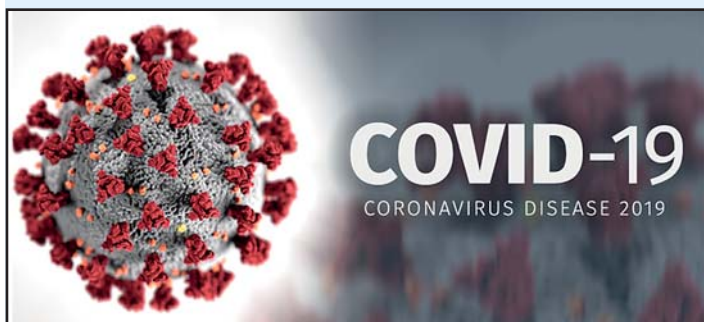
V novinách nájdete aj dôležité kontakty, na ktorých sa môžete poradiť, informovať alebo požiadať o pomoc.

Miloš Ihnát
váš starosta

mimoriadne vydanie



INFORMÁCIE PRE OSOBY S VYŠŠÍM RIZIKOM OCHORENIA



Kto je vo väčšom riziku?

Starší ľudia vo veku 60 rokov a viac.

Ľudia, ktorí majú vážne chronické ochorenie, ako napríklad: ochorenie srdca, cukrovku, pľúcnu chorobu, chronické ochorenia so znížením imunity.

• Podniknite kroky na zníženie rizika nákazy

- Poproste okolie, aby vám pomohli získať zásoby nevyhnutných vecí.

V prípade, že užívate pre vaše zdravie nevyhnutné lieky, obráťte sa na svojho lekára a požiadajte ho o predpis, pokiaľ je to možné prostredníctvom e-receptu, vašich potrebných liekov. Tie by ste mali mať k dispozícii v prípade, že vo vašom okolí dôjde k prepuknutiu nákazy COVID-19 a vy budete potrebovať dlhší čas zostať doma (predpoklad 2 týždne).

- Uistite sa, že máte doma voľne predajné lieky (na liečbu horúčky a iných príznakov) a zdravotnícke potreby (servítky, atď.). Väčšina ľudí sa bude môcť z COVID-19 zotaviť doma.

- Majte po ruke dostatok domácich potrieb a potravín, aby ste boli na istý čas pripravení zostať doma (predpoklad 2 týždne).

• Dodržiavajte každodenné bezpečnostné opatrenia

- Vyhnite sa úzkemu kontaktu s chorými ľuďmi.
- Vykonávajte každodenné preventívne opatrenia.

• Majte po ruke zásoby

- Zásobte sa aspoň na 2 týždne.

• Dodržiavajte prísnu hygienu

- Často si umývajte ruky.
- Umývajte si ruky mydlom a teplou vodou najmenej po dobu 20 sekúnd, najmä po fúkaní nosa, kašľaní, kýchaní, alebo po čase strávenom na verejnosti.

- Ak nie je k dispozícii mydlo a voda, použite ručný dezinfekčný prostriedok, ktorý obsahuje najmenej 60 % alkoholu.

- Ak je to možné, nedotýkajte sa často používaných povrchov na verejnosti - tlačidlá výťahu, kľučky dverí, zábradlia, podávania rúk s ľuďmi atď. Ak sa niečoho musíte dotknúť, zakryte si ruku alebo prst servítkou, prípadne rukávom.

- Po dotyku s povrchom na verejnosti si umyte ruky.

- Vyhnite sa dotýkaniu sa vlastnej tváre, nosu, očí či úst.

- Vyčistite a dezinfikujte svoj domov, aby ste odstránili baktérie: vykonávajte bežné čistenie povrchov, ktorých sa často dotýkate (napríklad: stoly, vypínače, kľučky, toalety, vodovodné batérie, drezy, dvere od chladničky, mobilné telefóny a diaľkové ovládače).

• Ak sa COVID-19 šíri vo vašom okolí

- Zostaňte čo najviac doma.

- Zvážte spôsoby zaobstarania jedla do svojho domu prostredníctvom rodinných, sociálnych alebo obchodných sietí.

www.korona.gov.sk



Funkcia ochranného rúška a respirátora

Rozdiel medzi **jednorazovým rúškom** z netkanej textílie (prípadne pláteným rúškom na viac použítí) a **respirátorom** je zásadný. Ochranné rúško zachytáva kvapôčky, ktoré **vydychujeme** a ktoré môžu byť infekčné a tým nebezpečné pre naše okolie. Tým, že nosíme rúško všetci, chránime sa navzájom. Význam respirátora je presne opačný. Chráni iba osobu, ktorá ho používa a vôbec nechráni okolie. Pri použití respirátora sa prostredníctvom filtra **vdychuje** do pľúc čistý vzduch, ale vydychuje sa vzduch, aj s kvapôčkami, ktoré môžu byť infekčné. Ak je napríklad človek, ktorý používa respirátor, nakazený koronavírusom, prostredníctvom respirátora vydychuje do okolia vírusy a sám dýcha filtrovaný vzduch. Používanie respirátorov má význam pre tých, ktorí sa pohybujú v infekčnom prostredí a sú v bezprostrednom ohrození. Sú to lekári, zdravotníci, hasiči, či silové zložky. **Prenechajme tieto významné ochranné pomôcky tým, ktorí ich najviac potrebujú!** Ministerstvo zdravotníctva žiada všetkých, ktorí majú zakúpené respirátory, aby ich nepoužívali, prípadne, aby ich pri nosení prekryli textilným rúškom.

Pár zásad používania ochranného rúška

- Používajte vždy čisté rúška. Jednorazové nepoužívajte viac krát, po použití ich vždy vyhodte.
- Noste rúška počas celého pobytu medzi ľuďmi, neskladajte si ich a nezakladajte nanovo.
- Rúška chránia len v spojení s častým a dôkladným umývaním rúk, resp. dezinfekciou.

Zakladanie

- Pred založením masky si umyte ruky mydlom a teplou vodou alebo použite dezinfekčný gél.
- Ak má rúško všitý kovový pásik, otočte rúško tak, aby bol na hornej strane.
- Založte si elastické šnúrky za uši, alebo, ak má rúško obyčajné viazanie, zaviažte si šnúrky na zátylku.
- Dbajte, aby rúško doliehalo na tvár, kovový pásik ohnite, aby presne dosadol na tvár. Dbajte, aby ste mali zakrytú aj bradu.

Skladanie

- Počas nosenia rúška sa ho nedotýkajte. Ak sa ho dotknete, hneď si umyte ruky.
- Ak počas používania rúško zvlhne, vymeňte ho.
- Pri skladaní dbajte na to, aby ste sa nedotkli prednej časti rúška. Rozviažte alebo zložte šnúrky a rúško vyhodte do uzatvárateľného odpadového koša.
- Umyte si ruky mydlom a teplou vodou alebo použite dezinfekčný gél.

Použitie jednorazové rúško nehádzte na zem !!!

Ako majú domácnosti nakladať s použitými rúškami či respirátormi

Použitie jednorazové rúško alebo ktorékoľvek iné, ktoré už svoj účel splnilo a nemôže ho plniť aj naďalej, treba dôkladne zlikvidovať. Ako majú domácnosti nakladať s použitými rúškami či respirátormi?

Použitie rúška či respirátora treba dať do plastovej tašky, vreca, ... a pevne uzavrieť. Vreca či tašku treba vyhodit do nevytriedeného komunálneho odpadu. Použitie rúška či respirátora v žiadnom prípade nepatria do triedeného odpadu. Nech sú vyrobené z akéhokoľvek materiálu, vyhadzujú sa do nevytriedeného komunálneho odpadu. Nezáleží na tom, či obsahujú, alebo neobsahujú súčiastky aj z iných materiálov.

Samozrejme je potrebné umyť si ruky a postupovať podľa všetkých hygienických pravidiel.

Janka Rajňáková



Ako dlho prežije koronavírus?

Deň na kartóne a až tri dni na plastoch, uvádza nová štúdia.

Koronavírus prežije na rôznych materiáloch kratšiu dobu, než se predtým uvádzalo. Podľa najnovšieho výskumu amerického Národného ústavu zdravia a Princetonskej univerzity, na ktorú upozornil server Forbes, najdlhšie koronavírus vydrží na plastoch a nerezovej oceli, a to dva až tri dni. Staršie informácie ale uvádzali, že vírus prežije dlhšie ako týždeň.

Výsledky koronavírusu tak potvrdzujú skôr uvádzané doporučenia. Je potrebné dodržiavať základné hygienické návyky a často si umývať ruky hlavne po kontakte s plastom a nerezovou oceľou.

Zdroj: server Forbes

vého vreca na odpadky a okamžite po ich použití si umyte ruky mydlom a vodou (po dobu aspoň 20 sekúnd), opláchnite si ich a dôkladne ich osušte.

Umývajte si ruky !!!

Umývajte si pravidelne ruky. Umývanie rúk sa musí vykonávať pravidelne a dôkladne mydlom a teplou vodou po dobu najmenej 20 sekúnd, potom si ruky opláchnite a dôkladne ich osušte. Toto isté platí aj pre ľudí, ktoré sa starajú o osobu, ktorá je testovaná na COVID-19. Nedotýkajte sa očí, nosa a úst neumytými rukami.

Vyhňte sa zdieľaniu domácich potrieb !!!

Všetky predmety v domácnosti (poháre, šálky, kuchynské riady, uteráky, bielizeň alebo iné predmety), ktoré ste vy alebo osoba o ktorú sa staráte použili, by ste nemali zdieľať s ostatnými osobami vo vašej domácnosti. Po použití týchto predmetov je ich potrebné umyť mydlom a teplou vodou, prípadne použiť pri kuchynskom riade umývačku na riad. Oblečenie, uteráky a bielizeň by mali byť uložené v plastovom vreci a oprané ihneď ako budú testy na COVID-19 negatívne.

Nevoďte si domov návštevy !!!

Pokiaľ musíte s niekým hovoriť, urobte to telefonicky.

Domáce zvieratá

Snažte sa držať ďalej od domácich zvierat. Pokiaľ je to nevyhnutné, umývajte si ruky pravidelne vždy pred a po kontakte s nimi.

Pranie bielizne

Pokiaľ si počas izolácie potrebujete oprat' bielizeň, vyperte si ju pomocou pracieho prostriedku pri najvyššej teplote vhodnej pre danú tkaninu. Vhodné sú teploty nad 60° C. Ak je to možné, sušte a žehlite prádlo na najvyššej možnej teplote vhodnej pre danú tkaninu. Pri manipulácii so znečisteným oblečením používajte jednorazové rukavice a plastovú zásteru a ihneď očistite všetky povrchy v okolí práčky. Prádlo nenoste do pracovne. Po manipulácii so špinavým prádlom si dôkladne umyte ruky mydlom a teplou vodou.

Odpady

Všetok odpad (vrátane rúšok a vreckoviek) od osoby v izolácii by mal byť uložený do plastového vreca na odpadky a po naplnení musí byť pevne zviazaný. Odporúčame plastové vrece vložiť do ďalšieho vreca, pevne zviazať a až následne ho dať do kontajneru na odpad.

Sledujte príznaky ochorenia u seba alebo osoby, o ktorú sa staráte

Ak sa zdravotný stav osoby zhorší (napr. sa objaví kašeľ, dušnosť, horúčka), volajte ihneď ošetrojúceho lekára, prípadne príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva.

Zdroj: Public Health England

Rady a odporúčania pre domácu karanténu

Ak ste v domácej karanténe a Váš stav si nevyžaduje prijatie do nemocnice, je potrebné dodržiavať nasledujúce pokyny:

Zostaňte doma !!!

Vy alebo osoba, o ktorú sa staráte, by ste mali zostať doma svý-nimkou poskytnutia lekárskej starostlivosti. Nechoďte do práce, školy, na verejné miesta a nepoužívajte hromadnú dopravu alebo taxi, ak to nie je nevyhnutné. Pokiaľ si potrebujete zaobstarať nákup potravín alebo iného tovaru a liekov, musíte požiadať o pomoc inú osobu. Taktiež si môžete nákup objednať telefonicky alebo e-mailom (online). V inštrukciách pre objednaný tovar musíte uviesť, že nákup vám bude ponechaný vonku pred dverami alebo na terase, prípadne na inom vhodnom mieste vo vonkajšom prostredí.

Izolujte sa od ostatných osôb vo vašej domácnosti !!!

Mali by ste byť v dobre vetranej miestnosti s oknom, ktoré sa dá otvoriť a pokiaľ je to možné tak byť izolovaný od ostatných osôb v domácnosti. Zatvárajte dvere. Ak je to možné, používajte oddelenú kúpeľňu. Pokiaľ zdieľate kúpeľňu s ostatnými členmi domácnosti, je nevyhnutná pravidelná očista a dezinfekcia. Pri zdieľanej kúpeľni by osoba v domácej izolácii mala používať kúpeľňu ako posledná a následne by táto osoba mala kúpeľňu riadne očistiť a dezinfikovať. Osoba v domácej izolácii musí používať vlastné uteráky – na osušenie po kúpeli ako aj pre osušenie rúk.

Pokiaľ bývate na internáte alebo inom mieste, kde zdieľate spoločnú kuchyňu, kúpeľňu a spoločenské priestory, mali by ste zostať len vo svojej izbe so zatvorenými dverami a vychádzať len v nevyhnutných prípadoch a nosiť rúško.

Pokiaľ bývate na internáte alebo inom mieste, kde zdieľate spoločné priestory, nevstupujte do týchto priestorov pokiaľ sa tam nachádzajú aj ostatní. Pokiaľ to inak nejde, noste rúško. Jedlo jedzte vo svojej izbe. Použitý kuchynský riad umyte ručne v teplej vode s čistiacim prostriedkom a použite vlastnú utierku.

Volajte ošetrojúceho lekára !!!

Všetky návštevy lekára musia byť prvotne prejednané telefonicky. Je to z toho dôvodu, aby sa v zdravotníckych zariadeniach minimalizoval kontakt s ostatnými. V prípade, že by sa váš zdravotný stav zhoršil (objaví sa predovšetkým horúčka, kašeľ a dušnosť), kontaktujte svojho ošetrojúceho lekára, ktorý bude ďalej organizovať poskytovanie zdravotnej starostlivosti v spolupráci s Regionálnym úradom verejného zdravotníctva.

Noste rúško !!! !!!

Pokiaľ ste dostali rúško, mali by ste ho nosiť vždy v prípade, že sa nachádzate v miestnosti aj s inými ľuďmi a v prípade návštevy zdravotníckeho zariadenia.

ZAKRÝVAJTE SI NOS A ÚSTA PRI KAŠLANÍ A KÝCHANÍ.

Pri kašľaní alebo kýchaní si zakryte ústa a nos jednorazovou vreckovkou. Taktiež aj ľudia, ktorí sa starajú o osoby čakajúce na výsledky vyšetrení na infekciu COVID-19 by mali pri kašli a kýchaní používať jednorazové vreckovky. Vreckovky odhadzujte do plasto-

Dôležité kontakty



Konzultácia zdravotného stavu v prípade podozrenia na ochorenie COVID - 19

Pomoc pri zabezpečení základných potrieb pre seniorov a ohrozenú skupinu obyvateľov

V prvom rade volajte svojho všeobecného lekára !

Informácie a poradenstvo získate aj na:
RÚVZ – tel: [0918 389 841](tel:0918389841), [0914 375 704](tel:0914375704), [0914 375 705](tel:0914375705), [0910 747 531](tel:0910747531), [0902 187 390](tel:0902187390)

e-mail : koronavirus@ruvzke.sk.

Mesto Košice:
055/6419 100
pomoc@kosice.sk

Mestská časť Košice-Sídlisko Ťahanovce:
055/ 636 04 30, 0911777 042
mutah@tahanovce.sk
Fcb: Kosice-Sídlisko Ťahanovce

Polícia: **158**
Mestská polícia: **159**



Atletický ovál osvetlený

Koncom januára 2020 si občania Ťahanoviec mohli všimnúť zmenu, ktorá sa udiala na atletickom ováli pri ZŠ Belehradská 21. Pribudlo tam moderné, LED solárne osvetlenie, ktoré umožní športovať bežcom aj po zotmení. Za túto pozitívnu zmenu môžeme poďakovať Mestu Košice, ktoré poskytlo financie na tento projekt, Rade rodičov školy, pani riaditeľke ZŠ – p. Horváthovej a jej tímu, poslancovi M.Špakovi, no najmä nositeľovi myšlienky a človeku, ktorý celý projekt koordinoval – Marekovi Fedoročkovi.

Výhody tohto nového LED solárneho osvetlenia okrem minimálnych prevádzkových nákladov, keďže energia na svietenie bude zadarmo zo slnka sú, že svietidlá sa automaticky zapnú po zotmení vďaka svetelnému senzoru a taktiež, že plná 100 % svietivosť bude aktivovaná prostredníctvom senzora pohybu. Po zvyšok času budú svetlá svietiť iba na 50 % výkonu, čím znížia svetelný smog vo verejnom priestranstve a taktiež predĺžia výdrž batérie.

Osvetlenie bežeckého oválu je len prvý krok k celkovému osvetleniu športového areálu (multifunkčné ihrisko a basketbalové ihrisko). Ďalšou plánovanou zmenou je osadenie nových basketbalových košov, ktoré zakúpila Rada rodičov školy a ktoré sa udeje v najbližších týždňoch. Rada rodičov školy podporí všetky aktivity v prospech športu na sídlisku. Pozitívne reakcie bežcov na toto nové osvetlenie sú toho len príkladom.

Bežcom prajeme mnoho bezpečne odbehnutých kilometrov.

Janka Rajňáková
Foto: Marek Fedoročko



Rekonštrukcia Átria – nový priestor pre deti

Rada rodičov v spolupráci s manažmentom ZŠ Belehradská 21 pripravujú projekt rekonštrukcie vnútorného Átria školy. Cieľom je vrátiť tento priestor opäť deťom, aby tam mohli tráviť svoj voľný čas, relaxovať, či využívať ho aj na možnosť výučby niektorých predmetov na čerstvom vzduchu. Taktiež tam vytvoríme bio záhradku, kde si budú deti vo vyvýšených záhonoch pestovať bylinky a zeleninu. Vysadíme nízkokmenné ovocné stromčeky ako jablňu, hruška či slivka. Vytvorením kompostoviska naučíme deti, ako sa dá ekologicky spracovať biologický odpad, aby nám mohol opäť poslúžiť ako hnojivo na ich pestovateľské potreby.

Od marca do polovice apríla sa spustí verejná zbierka na tento zaujímavý, no finančne náročný projekt. Preto žiadame obyvateľov Ťahanoviec o podporu. Každé euro je dôležité. Podporiť nás môžete priamo na bankový účet Rady rodičov školy:

IBAN: SK77 0900 0000 0004 4761 8018 alebo prostredníctvom verejnej zbierky cez platformu StartLab. Viac informácií nájdete na web stránke Rady rodičov školy: www.rrb21.org. Ďakujeme.

Rada rodičov školy



POĎ SA S NAMI UČIŤ KORČULOVAŤ

Nábor detí do
hokejovej prípravky
HK Sršne Košice

Kde?
Aréna Sršňov, Drábova 3, Košice - sídl. KVP

Kedy?
Utorok 16:35 hod., sobota 09:10 hod.

Celoročne Deti od 4. rokov

Prvé 3 tréningy zdarma Dalšie len za 40 Eur mesačne

Nevadí že si nikdy nestál na korčuliach

Stačia ti len oteplovačky a zimné rukavice

Prines si so sebou korčule, hokejku a prilbu (stačí aj lyžiarska)

Vieme aj zapožičať

Kontakt:
Marek Mergleský info@arenasrsnov.sk
0905 622 145 www.arenasrsnov.sk



TRIEDA PRE HUĎOBNE NADANÉ DETI

Vážení rodičia, súčasťou Materskej školy Melánie Nemcovej, Budapeštianska 3, Košice je trieda pre hudobne nadané deti.

Doplníme triedu o nové deti, ktoré v čase konania talentovej skúšky dovŕšia vek 4 rokov.

Príslušné tlačivá nájdete na: www.msbudka3.com
Bližšie informácie na: msbudka3@gmail.com



ŤAHANOVSKÉ noviny

Vydáva: Mestská časť Košice-Sídlisko Ťahanovce na základe registrácie EV 3486/09, ISSN: 1338-9203 Náklad: 7500 ks. Tlač: Rotaprint, s.r.o.
Sídlo vydavateľa a adresa redakcie: MÚ MČ Košice-Sídlisko Ťahanovce, Americká trieda 15, 040 13 Košice, IČO: 00691071 Kontakt: +421 55 636 04 30, noviny@tahanovce.sk Redakčná rada: JUDr. Beáta Zemková - predseda, Mgr. Ing. Miloš Ihnát, Ing. Janka Rajňáková, Miroslav Janitor, Mgr. Mária Horváthová, PhDr. PaedDr. Ursula Ambrušová, PhD. Grafická úprava: Ing. Zvonimír Záviš. NEPREDAJNÉ!