



Uông Bí, ngày 01 tháng 9 năm 2021

BẢN CAM KẾT

Thực hiện nghiêm túc các biện pháp phòng, chống dịch bệnh COVID-19

Họ và tên học sinh: lớp:

Địa chỉ gia đình:

Điện thoại:

Sau khi được tuyên truyền về tình hình dịch bệnh và các biện pháp cấp bách phòng chống dịch bệnh Covid-19 trong tình hình mới, em xin cam kết thực hiện nghiêm túc các nội dung sau:

1. Thực hiện nghiêm các quy định, văn bản hướng dẫn của cấp trên về công tác phòng, chống dịch bệnh Covid-19, thường xuyên cập nhật thông tin, diễn biến dịch bệnh; tuyệt đối không được lơ là, chủ quan;

2. Thực hiện nghiêm túc thông điệp 5K: “*Khẩu trang - Khử khuẩn - Khoảng cách - Không tập trung đông người - Khai báo y tế*”.

3. Thực hiện những việc học sinh cần làm tại nhà, tại trường để phòng tránh mắc bệnh Covid-19.

4. Hàng ngày, tự kiểm tra sức khỏe tại nhà trước khi tới trường. Nếu có biểu hiện sốt, ho thì chủ động nghỉ tại nhà theo dõi sức khỏe và báo cáo GVCN. Nếu cần thiết thì đến cơ sở y tế để khám, được tư vấn điều trị. Không đến trường khi có biểu hiện sốt, ho, khó thở hoặc có yếu tố dịch tễ liên quan đến dịch bệnh Covid-19.

5. Thực hiện đúng quy trình kiểm tra, đo thân nhiệt khi vào lớp (Ghi nhật ký số theo dõi kiểm soát thân nhiệt tại lớp học)

6. Học sinh Thực hiện khai báo y tế điện tử bắt buộc hàng ngày trên môi trường mạng tại địa chỉ <http://tokhaiyte.vn> hoặc trên ứng dụng điện thoại thông minh như: (Bluezone, Ncovi, Vietnam Health Declaration), thường xuyên cập nhật ứng dụng “An toàn COVID” **quét mã QR trước khi ra vào trường** (vị trí quét tại cổng trường, hành lang tầng 1 khu nhà B, F);

7. Đeo khẩu trang trong toàn thời gian học tập, tham gia các hoạt động tại trường THPT Uông Bí, trên đường đến trường và về nhà, nơi công cộng

8. Không đi tham quan, du lịch, việc riêng đi ra ngoài tỉnh, trường hợp đặc biệt phải xin phép và được sự đồng ý của GVCN và lãnh đạo nhà trường.

9. Không đưa các thông tin không chính xác, sai sự thật, xuyên tạc trên các trang mạng xã hội, gây hoang mang dư luận.

10. Đi qua/đến/trở về từ vùng có dịch hoặc tiếp xúc với người từ vùng dịch phải gọi điện ngay về số điện thoại công vụ của Trạm y tế xã phường thuộc địa bàn cư trú để khai báo và được tư vấn hỗ trợ hoặc gọi điện đến **đường dây nóng 1800.9214** của Trung tâm Kiểm soát bệnh tật Quảng Ninh.

11. Trong trường hợp cách ly phải nghiêm túc chấp hành các hướng dẫn cách ly của Chính quyền địa phương và cơ quan Y tế.

CMHS hoặc người giám hộ cam kết quản lý và đôn đốc HS thực hiện nghiêm ngặt các quy định trên
(Ký, ghi rõ họ tên)

Học sinh cam kết thực hiện
(Ký, ghi rõ họ tên)



Uông Bí, ngày 01 tháng 9 năm 2021

BẢN CAM KẾT

Thực hiện nghiêm túc các biện pháp phòng, chống dịch bệnh COVID-19

Họ và tên:, Tổ CM:

Sau khi được tuyên truyền về tình hình dịch bệnh và các biện pháp cấp bách phòng chống dịch bệnh Covid-19 trong tình hình mới, tôi xin cam kết thực hiện nghiêm túc các nội dung sau:

1. Thực hiện nghiêm các quy định, văn bản hướng dẫn của cấp trên về công tác phòng, chống dịch bệnh Covid-19, thường xuyên cập nhật thông tin, diễn biến dịch bệnh; tuyệt đối không được lơ là, chủ quan;
2. Thực hiện nghiêm túc thông điệp 5K: “*Khẩu trang - Khử khuẩn - Khoảng cách - Không tập trung đông người - Khai báo y tế.*”
3. Thực hiện những việc giáo viên cần làm khi học sinh đi học để phòng tránh mắc bệnh Covid-19. (CV số 476/MT-VP ngày 01/3/2020 của Cục Quản lý môi trường y tế)
4. Thực hiện khai báo y tế điện tử bắt buộc hàng ngày trên môi trường mạng tại địa chỉ <http://tokhaiyte.vn> hoặc trên ứng dụng điện thoại thông minh như: (Bluezone, Ncovi, Vietnam Health Declaration), thường xuyên cập nhật ứng dụng “An toàn COVID” **quét mã QR trước khi ra vào trường.**
5. Đeo khẩu trang trong toàn thời gian làm việc tại cơ quan, nơi công cộng
6. Không đi tham quan, du lịch, việc riêng đi ra tỉnh ngoài, trường hợp đặc biệt phải xin phép và được sự đồng ý của lãnh đạo nhà trường.
7. Rửa tay thường xuyên với nước sạch và xà phòng hoặc sát khuẩn tay bằng dung dịch sát khuẩn tay nhanh.
8. Hàng ngày, trước khi vào mỗi tiết học, giáo viên điểm danh và hỏi học sinh xem có cảm thấy sốt, ho, khó thở, mệt mỏi không. Nếu có, giáo viên đưa ngay học sinh đến phòng y tế để kiểm tra, theo dõi và xử trí kịp thời.
9. Tự kiểm tra sức khỏe tại nhà trước khi tới trường. Nếu có biểu hiện sốt, ho thì chủ động nghỉ tại nhà theo dõi sức khỏe và báo cáo lãnh đạo nhà trường. Nếu cần thiết thì gọi điện đến cơ sở y tế để được tư vấn, khám và điều trị. Không đến trường khi có biểu hiện sốt, ho, khó thở hoặc có yếu tố dịch tễ liên quan đến dịch bệnh Covid-19.
10. Đi qua/đến/trở về từ vùng có dịch hoặc tiếp xúc với người từ vùng dịch phải gọi điện ngay về số điện thoại công vụ của Trạm y tế xã phường thuộc địa bàn cư trú để khai báo và được tư vấn hỗ trợ hoặc gọi điện đến **đường dây nóng 1800.9214** của Trung tâm Kiểm soát bệnh tật Quảng Ninh.
11. Không đưa các thông tin không chính xác, sai sự thật, xuyên tạc trên các trang mạng xã hội, gây hoang mang dư luận.
12. Trong trường hợp cách ly phải nghiêm túc chấp hành các hướng dẫn cách ly của Chính quyền địa phương và cơ quan Y tế.
13. Tham gia công tác khử khuẩn, vệ sinh môi trường và phòng chống dịch COVID-19 theo sự phân công của nhà trường.

NGƯỜI CAM KẾT

(Ký, ghi rõ họ tên)



NHỮNG VIỆC HỌC SINH CẦN LÀM TẠI NHÀ
Để phòng tránh mắc bệnh COVID-19

TT	VIỆC CẦN LÀM HÀNG NGÀY
1.	Súc miệng, họng bằng nước muối hoặc nước súc miệng thường xuyên
2.	Giữ ấm cơ thể
3.	Tập thể dục
4.	Ăn chín, uống chín và đảm bảo chế độ ăn uống đầy đủ dinh dưỡng
5.	Rửa tay với nước sạch và xà phòng thường xuyên
	+ Rửa tay trước và sau khi ăn
	+ Rửa tay sau khi đi vệ sinh
	+ Rửa tay khi tay bẩn
	+ Rửa tay sau khi đi chơi, đi học về nhà
	+ Rửa tay sau khi tiếp xúc với vật nuôi
6.	Che mũi, miệng khi ho hoặc hắt hơi (<i>tốt nhất bằng giấy lau sạch, khăn vải hoặc khăn tay, hoặc ống tay áo để làm giảm phát tán dịch tiết đường hô hấp</i>). Vứt bỏ khăn, giấy che mũi, miệng vào thùng rác và rửa sạch tay.
7.	Không đưa tay lên mắt, mũi miệng
8.	Không khạc, nhổ bừa bãi
9.	Giữ nhà cửa sạch sẽ, thông thoáng, sử dụng quạt, không sử dụng điều hòa
10.	Bỏ rác đúng nơi quy định
11.	Tự theo dõi sức khỏe gồm:
	+ Tự đo nhiệt độ (từ 37,5 ⁰ C trở lên là có sốt)
	+ Có ho không?
	+ Có khó thở không?
12.	Nếu có sốt, ho, khó thở thì:
	+ Chủ động báo Giáo viên chủ nhiệm
	+ Nghi ở nhà để theo dõi sức khỏe và đeo khẩu trang
	+ Liên hệ với cơ sở y tế để được khám, tư vấn, điều trị
13.	Nếu trong thời gian cách ly y tế tại nhà theo yêu cầu của cơ quan y tế thì không đến trường.
14.	Tránh tiếp xúc với người bị sốt, ho, khó thở
15.	Tránh chỗ tập trung đông người, không tụ tập đông người
16.	Hạn chế tiếp xúc với các vật nuôi, động vật hoang dã

Trường THPT Ung Bí



NHỮNG VIỆC HỌC SINH CẦN LÀM TẠI TRƯỜNG
Để phòng tránh mắc bệnh COVID-19

TT	VIỆC CẦN LÀM HÀNG NGÀY
1.	Khai báo Y tế bằng quét mã QR khi ra vào trường
2.	Rửa tay với nước sạch và xà phòng thường xuyên hoặc dung dịch sát khuẩn tay <ul style="list-style-type: none">+ Rửa tay trước khi vào lớp+ Rửa tay trước và sau khi ăn+ Rửa tay sau khi ra chơi, nghỉ giữa giờ+ Rửa tay sau khi đi vệ sinh+ Rửa tay khi tay bẩn
3	Che mũi, miệng khi ho hoặc hắt hơi (<i>tốt nhất bằng giấy lau sạch, khăn vải hoặc khăn tay, hoặc ống tay áo để làm giảm phát tán dịch tiết đường hô hấp</i>). Vứt bỏ khăn, giấy che mũi, miệng vào thùng rác và rửa sạch tay.
4	Không đưa tay lên mắt, mũi miệng
5	Không khạc, nhổ bừa bãi
6	Đeo khẩu trang vải hoặc khẩu trang y tế trong suốt thời gian học tại trường.
7	Không dùng chung các đồ dùng cá nhân như cốc, bình nước, khăn mặt, khăn lau tay. Mang cốc/bình nước để dùng riêng tại lớp
8.	Giữ khoảng cách khi tiếp xúc với người khác và không tụ tập đông người
9.	Nếu có sốt, ho, khó thở... thì báo ngay cho giáo viên đang dạy tại lớp hoặc giáo viên chủ nhiệm đưa xuống phòng y tế để được theo dõi, chăm sóc.
10.	Bỏ khẩu trang đã qua sử dụng, rác đúng nơi quy định
11.	Đầu giờ và kết thúc mỗi buổi học, thực hiện vệ sinh, lau khử khuẩn lớp. Giữ vệ sinh lớp sạch sẽ, phòng học thông thoáng.