



**Objednávky cez FB alebo 0915 420 032**

Čerstvé bagety Josip.

Rozvoz čerstvého chlebičku, pečiva a výrobkov.

Dovoz čerstvých pekárenských produktov priamo k Vám domov.

Zavolajte, alebo nám napíšte správu, v ktorej bude uvedené:

**Meno**

**Adresa, telefonický kontakt**

**Zoznam objednávky**

Dovoz a odovzdanie tovaru prebehne bezkontaktné. Dodržiavame maximálnu bezpečnosť a hygienu.

Platba na účet.

**Rozvoz od 6:00 do 10:00 hod.**



STRAVOVANIE • CATERING

**Objednávky na tel. 0903 775 114**

**Ponuka denného menu s rozvozom až k Vám domov.**

Naši dovozcovia pracujú s ochrannými rúškami a rukavicami. Kuchyňa aj autá majú dôslednú dezinfekciu.

VŠETCI NAŠI ZAMESTNANCI SÚ ZDRAVÍ, NO CHCEME CHRÁNIŤ NAŠE AJ VAŠE ZDRAVIE.

Nie je dôvod na paniku, no prevencia je namieste! Dodržiavajte prosím v nasledujúcich týždňoch opatrenia, ktoré nariadil hygienik.

Prosíme tých, ktorí používajú obedáre, aby ich vydezinfikovali a umiestnili na vhodné miesto, aby sa zamedzilo osobnému kontaktu s naším šoférom.



**Ponúkame Vám rozvoz drobného nákupu domov.**

**Objednávky prijímame na telefónnom čísle 0908 31 94 93 (Daniela Kohútová)**

Ponúkame Vám rozvoz drobného nákupu domov.

Cenník služieb:

Čereňany 3,50 €

Oslany, Bystričany 4,00 €

Pri objemnejších nákupoch cena dohodou.

**Zároveň Vás prosíme pri preberaní tovaru používať ochranné rúška.**



## ČERENIANSKY SPRAVODAJ

### MIMORIADNE VYDANIE

#### Na úvod

Prihovám sa vám týmto spôsobom v zvláštnej dobe a za veľmi nepriaznivých okolností pre nás všetkých. V piatok 6. marca 2020 bol v SR potvrdený prvý prípad výskytu nového koronavírusu COVID-19, dnes je u nás potvrdených viac ako 200 prípadov mimoriadne zákernej choroby, ktorú tento vírus spôsobuje. Všetky štátne orgány a inštitúcie robia maximum pre to, aby sa šírenie čo najviac obmedzilo a zastavilo.

Sme komunita ľudí, žijúca spoločne, navštevujeme spoločné podujatia, obchody, prevádzky, pohybujeme sa po rovnakých uliciach. Mnohí z vás sa vrátili zo zahraničia, kde pracujú a sú teraz v domácej karanténe. Nepodceňujme prosím situáciu, chráňme sa, chráňme svoje deti, svojich rodičov a svojich blízkych. Dodržiavajme opatrenia, ku ktorým nás vyzývajú.

Nosiť rúško nie je hanba, je to pud sebazáchovy a dnes aj povinnosť.

Vychádzajte zo svojich domovov len v nevyhnutných prípadoch. Práca, nákup potravín, lekár. To sú nevyhnutné prípady.

Držím nám všetkým palce.

Ing. Richard Masný, PhD.  
starosta obce

#### Postup pri podozrení na koronavírus

Treba zavolať na regionálny úrad verejného zdravotníctva v Prievidzi **046 / 519 20 26**, alebo infolinku **0800 221 234**, prípadne všeobecnému lekárovi. Pokiaľ uznajú za potrebné test vykonať, prídu vám zdravotníci odobrať vzorky, ktoré sa posielajú do laboratória.

#### Ďalšie linky s nepretržitou činnosťou

Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Prievidzi **046 / 519 20 26**  
**koronavirus@ruvzpd.sk**

Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Trenčíne **0911 763 203**  
**tn.covid19s@uvzsr.sk**

Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky **0917 222 682**  
**novykoronavirus@uvzsr.sk**

Národné centrum zdravotníckych informácií **0800 221 234**

**Tiesňová linka 112      Záchranná zdravotná služba SR 155**

**Starosta obce 0911 462 388**

**Všetky vyššie uvedené služby boli konzultované s majiteľmi prevádzok, zverejnené s ich súhlasom za účelom poskytnutia pomoci občanom obce Čereňany.**

## Povinnosť nosiť rúško

Dnes po zasadnutí krízového štábu SR bolo avizované rozhodnutie uzákoniť povinnosť nosiť ochranné rúško vždy po opustení bydliska.

**Touto cestou chcem osloviť všetkých, kto z akéhokoľvek dôvodu ešte rúško nemá, nech kontaktuje obecný úrad, alebo priamo starostu obce. Ochranné rúška sme zabezpečili a dovezieme vám ich až domov.**



## Čo je COVID-19?

Koronavírus spôsobujúci ochorenie COVID-19 bol identifikovaný v Číne na konci roka 2019. Predstavuje nový kmeň vírusu, ktorý u ľudí nebol doposiaľ známy. Ochorenie patrí medzi kvapôčkové infekcie. Odhadovaný inkubačný čas ochorenia je 2 až 14 dní, môže však byť aj dlhší.

## Aké sú príznaky ochorenia?

- horúčka nad 38°C
- kašeľ
- sťažené dýchanie
- bolesť svalov
- bolesť hlavy
- únava, malátnosť

## Cestovanie

Ústredný krízový štáb SR prijal 12. marca 2020 nasledovné opatrenia v súvislosti s ochorením COVID-19:

Povinná 14-dňová domáca karanténa od 13. 3. 2020 od 7.00 h až do odvolania pre ľudí s trvalým alebo prechodným pobytom v SR žijúcim na území SR nad 90 dní, ktorí sa vrátia zo zahraničia, vrátane osôb žijúcich v spoločnej domácnosti. Za nedodržanie domácej

karantény hrozí sankcia vo výške 1 659 eur. Osoby, ktoré sa vrátili zo zahraničia, sú povinné bezprostredne po návrate na Slovensko oznámiť túto skutočnosť telefonicky alebo elektronicky svojmu ošetrovateľskému lekárovi, ktorý rozhodne o domácej izolácii.

## Prevenia

Verejnosti, aj vzhľadom na prebiehajúcu chrípkovú sezónu, odporúčame dodržiavať preventívne opatrenia, ktoré sú účinné vo vzťahu ku kvapôčkovým nákazám:

- Umývajte si ruky často mydlom a vodou najmenej po dobu 20 sekúnd. Ak nie je k dispozícii mydlo a voda, treba použiť dezinfekčný prostriedok na ruky na báze alkoholu.
- Očí, nosa ani úst sa nedotýkajte neumytými rukami.
- Zakrývajte si nos a ústa pri kašľaní a kýchaní jednorazovou papierovou vreckovkou a následne ju zahodte do koša.
- Vyhybajte sa blízkeho kontaktu s ľuďmi, ktorí javia príznaky nádchy alebo chrípky.
- Ak ste chorý, kontaktujte svojho ošetrovateľského lekára, ktorý určí ďalší postup liečby, doma na lôžku sa z ochorenia liečte v samostatnej izbe.
- V domácnosti dbajte na zvýšenú dezinfekciu povrchov.

## Kto je najviac ohrozený?

Z dostupných štatistík vyplýva, že seniorky a seniori patria medzi najzraniteľnejšie skupiny obyvateľstva z pohľadu komplikácií pri ochorení COVID-19. Preto sme v našej obci okamžite distribuovali viac ako 500 ochranných rúšok práve im. Sú to ľudia, ktorým vďačíme za to, že tu sme a za to, čo pre nás za celý život urobili. Chráňme ich hlavne tým, že obmedzíme s nimi styk na minimum. Aj človek bez príznakov môže kohokoľvek vo svojom okolí nakaziť v prípade, že sám je nosičom vírusu.

## Kto je vystavený väčšiemu riziku?

Niektorým ľuďom hrozí väčšie riziko nákazy, ako poukazujú prvotné informácie z krajín, kde sa prudko rozšíril COVID-19, a to ľuďom, ktorí trpia na:

- ochorenie srdca
- cukrovku
- pľúcne ochorenie
- chronické ochorenia so znížením imunity

**Ak ste kvôli svojmu veku, alebo kvôli vážnemu dlhodobému zdravotnému problému vystavený väčšiemu riziku plynúcemu z potenciálne vážnejšieho priebehu ochorenia COVID-19, je mimoriadne dôležité, aby ste podnikli nasledovné kroky na zníženie rizika nákazy:**

- Poproste svoje okolie, aby vás dostatočne zásobili na obdobie aktuálne vyhlásené vládou alebo krízovým štábom.
- Dodržujte bezpečnostné opatrenie týkajúce sa dostatočného odstupu od iných ľudí aspoň 2 metre.
- Keď chodíte na verejnosť, noste na tvári rúško a držte sa ďalej od chorých, obmedzte úzky kontakt a umývajte si často ruky.
- Davom sa vyhýbajte čo najviac.
- Vyvarujte sa cestovaniu vo verejnej doprave.
- **Od prepuknutia choroby COVID-19 vo vašom okolí zostaňte doma čo najviac, aby ste znížili riziko nákazy.** Vychádzajte iba v nutných prípadoch, ako je napríklad nákup potravín.
- 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
- Zostaňte čo najviac doma.
- Zvážte spôsoby zaobstarania jedla do svojho domu prostredníctvom rodinných, sociálnych alebo obchodných sietí.

## Pripravte si plán, pre prípad, že ochoriete:

Ak vo vašom okolí prepukne nákaza COVID-19, môže to trvať aj niekoľko týždňov (prepuknutie znamená náhle ochorenie veľkého množstva ľudí). V závislosti od toho, aké závažné je prepuknutie choroby, môžu úradníci verejného zdravotníctva odporučiť kroky na zníženie rizika vystavenia sa COVID-19. Tieto kroky môžu spomaliť šírenie vírusu a znížiť dopady choroby.

- Konzultujte so svojim lekárom možnosti získania ďalších informácií o sledovaní vášho zdravotného stavu a príznakov indikujúcich COVID-19.
- Zostaňte v kontakte s ostatnými (telefonicky alebo e-mailom). Ak ochoriete, je možné, že budete musieť požiadať o pomoc priateľov, rodinu, susedov, komunitných zdravotníckych pracovníkov atď.
- Určite osobu, kto sa o vás môže starať v prípade, že Váš ošetrovateľ (opatrovateľ ochorie).

## Sledujte príznaky a naliehavé varovné signály

Ak sa u vás objavia naliehavé varovné signály pre COVID-19, okamžite sa telefonicky kontaktujte so svojim lekárom, prípadne volajte Úrad verejného zdravotníctva alebo 112.

**Vo všetkých obchodoch budú seniori uprednostnení v čase od 9:00 do 12:00 hod. Využite práve tento čas na svoje nákupy.**

