

EPIDEMIOLOG/EPIDEMIOLOŻKA *

1. Wiem, co to kwarantanna i dlaczego należy ją stosować. Spędziłem/am kwarantannę w domu lub miejscach wskazanych przez rodziców.
2. Wiem, jak uniknąć zarażenia wirusem, znam podstawowe zasady higieniczne i je stosuję. Wiem, jak poprawnie myć ręce.
3. Podczas kwarantanny wziąłem/am udział w zdalnych zajęciach zastępu/drużyny.
4. Wyjaśniłem/am 5 swoim kolegom/koleżankom, na czym polega kwarantanna i dlaczego nie powinno się jej lekceważyć.
5. Przygotowałem/am śniadanie, podwieczorek lub kolację dla domowników.

ZNAWCA/ZNAWCZYNI KWARANTANNY **

1. Wiem, czym są wirusy, jak można się nimi zarazić, jak działają i jak je zwalczać.
2. Nie zaniedbuję swojej sprawności fizycznej podczas kwarantanny. Skaczę na skakance, wychodzę na spacer w odosobnione miejsce lub wykonuję inne ćwiczenia, które pozwalają utrzymać kondycję.
3. Utrzymuję kontakt z osobami, z którymi nie mogę się spotkać np. z babcią i dziadkiem lub starszymi sąsiadami. Kontroluję, czy nie potrzebują pomocy np. w związku z zakupami.
4. Stosuję się do zaleceń kwarantanny, unikam fake newsów, wiedzę czerpię z oficjalnych portali.
5. Nie zaniedbuję szkoły – realizuję kolejne tematy z podręcznika, w razie problemów szukam pomocy u np. drużynowego/drużynowej. Wiem, jakich aplikacji można użyć do zdalnej nauki. Przedstawiłem/am je kolegom lub nauczycielowi.
6. Zorganizuję razem z zastępem ciekawą grę internetową.

STRAŻNIK/STRAŻNICZKA KWARANTANNY ***

1. Wiem, czym różni się bakteria od wirusa. Umiem wytłumaczyć, na czym polegają działania prewencyjne w obliczu epidemii i jaki mają cel.
2. W czasie zdobywania sprawności przygotowywałem/am codziennie jeden z posiłków dla domowników.
3. Przyczyniłem/am się do rozpowszechniania prawdziwych informacji. Przekazałem/am je i przekonałem/am do nich osoby, które mogły ich nie otrzymać. Dementowałem/am plotki i fake newsy.
4. Czas kwarantanny wykorzystałem/am, aby opracować zbiórkę zastępu/drużyny. Uzgodniłem/am jej przebieg z drużynowym/drużynową.
5. Zaoferowałem/am młodszemu harcerzom/harcerkom pomoc w nauce z wybranych przez siebie przedmiotów.

SPRAWNOŚĆ MISTRZOWSKA SŁUŻBA W KWARANTANNIE

Funkcję sprawności mistrzowskiej „Służba w kwarantannie” pełni udział w wolontariacie podczas epidemii COVID-19 w 2020 roku oraz zdobycie sprawności „Strażnik/Strażniczka kwarantanny ***”.

STRAŻNIK ZDROWIA W CZASIE EPIDEMII *

1. Przebywał/a w miejscu wskazanym przez rodziców.
2. Wyjaśnił/a 5 swoim kolegom/koleżankom, dlaczego w okresie epidemii nie wolno spotykać się z osobami, z którymi się nie mieszka na co dzień i sam tego przestrzegał/a.
3. W okresie prowadzenia zdalnej nauki, sumiennie i samodzielnie wypełniał/a zadania szkolne oraz dzielnie wykonywał/a powierzone zadania domowe.
4. Mył/a ręce przynajmniej 10 razy dziennie przez 30 s., w szczególności za każdym razem wtedy, gdy było to wskazane przez zasady określone dla czasu epidemii. Prowadził/a kalendarz mycia rąk.
5. Przypomniwał/a domownikom o częstym myciu rąk, w szczególności po każdym ich powrocie do domu. Pokazał/a domownikom, jak włączyć światło czy windę, otwierać drzwi i wchodzić po schodach nie używając dłoni.

OPIEKUN W CZASIE EPIDEMII **

1. Wzorcowo przestrzegał/a zasad ustalonych przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) i Głównego Inspektoratu Sanitarnego (GIS) i rozpropagował/a je.
2. Bez wychodzenia z domu opracował/a listę osób w sąsiedztwie, które w okresie zarządzonego odosobnienia mogą potrzebować pomocy np. osób starszych lub z niepełnosprawnościami i przekazał tę listę drużynowemu.
3. Zorganizował/a minimum godzinę zajęć dziennie dla młodszego rodzeństwa lub telefonicznie/internetowo grał/a w gry edukacyjne z innymi młodszymi od siebie dziećmi.
4. Dzwonił/a regularnie do osób starszych starając się pokazać im swoją troskę i uprzyjemnić im czas odosobnienia.