TORK Think ahead.

Pracuj bezpiecznie: Zestaw narzędzi do walki z COVID-19 w placówkach oświaty

Służymy pomocą

W czasach pandemii COVID-19 Twoja placówka oświaty prawdopodobnie musi zmierzyć się z szeregiem wyzwań w zakresie zdrowia i higieny. Twoja szkoła może być zamknięta do końca semestru albo właśnie szykuje się do otwarcia swoich drzwi dla uczniów. Gdy przyjdzie czas, by wrócić do szkoły, kiedykolwiek to nastąpi, uczniowie, ich rodzice, nauczyciele i pracownicy będą musieli przygotować się na nową rzeczywistość. Nauczyciele i pracownicy będą musieli zmagać się z nietypowymi trudnościami, takimi jak niedobór pracowników w związku z chorobą. Będą musieli poświęcać czas, by rozwiać obawy rodziców i uczniów, a także podejmować kroki mające na celu ochronę zdrowia wszystkich oraz stosować nowe środki higieny.

Od ponad 50 lat marka Tork nieustannie angażuje się w poprawę poziomu higieny w szkołach, dostarczając kompletne rozwiązania higieniczne i oprogramowanie w celu poprawy jakości i skuteczności czyszczenia. Tork oferuje pomoc dla nauczycieli, pracowników oraz uczniów na wszystkich poziomach edukacji, aby ułatwić wdrożenie odpowiednich praktyk higieny rąk.

Chcemy podzielić się naszą wiedzą z zakresu przestrzegania właściwej higieny rąk oraz czyszczenia powierzchni w szkole dzięki wytycznym dotyczącym sposobu i częstotliwości mycia rąk oraz czyszczenia i dezynfekcji placówek oświaty, a także odpowiedniego zaopatrywania i udostępniania punktów mycia rąk.

Edukacja ma kluczowe znaczenie dla naszego społeczeństwa oraz stanowi inwestycję w lepszą przyszłość naszych dzieci. Życzymy wszystkim zdrowia i bezpieczeństwa w tym trudnym czasie.

Z poważaniem,

Anna Königson Koopmans
Dyrektor ds. Marketingu - Sekcja szkolnictwa
Essity Professional Hygiene

COVID-19

SARS-CoV-2 może szybko rozprzestrzeniać się w szkołach wśród uczniów, pracowników i nauczycieli poprzez kropelki wytwarzane podczas kichania lub kasłania przez zarażoną osobę. Do rozprzestrzeniania się wirusa może także dochodzić przez dotknięcie skażonych powierzchni i przedmiotów.

Jednak przestrzeganie odpowiednich procedur higieny rąk oraz rutynowych praktyk czyszczenia i dezynfekcji, a także optymalne rozmieszczenie dozowników środków dezynfekujących do rąk pozwala ograniczyć rozprzestrzenianie się SARS-CoV-2 w Twojej szkole. Ten zestaw narzędzi zapewnia niezbędne zasoby, które ułatwiają stosowanie najlepszych praktyk w trakcie pandemii oraz po jej zakończeniu – zarówno w przypadku przedszkoli i szkół podstawowych oraz średnich, jak również szkół wyższych i uniwersytetów.

W jaki sposób SARS-CoV-2 może rozprzestrzeniać się w placówce oświaty?

Drogą kropelkową podczas kasłania oraz kichania

Poprzez bliski kontakt osobisty, np. dotykanie lub podawanie rąk

Przez dotknięcie obiektów lub powierzchni zanieczyszczonych wirusem, a następnie dotknięcie ust, nosa lub oczu

Higiena rąk

Niezależnie od rodzaju instytucji oświaty, którą zarządzasz, przestrzeganie podstawowych zasad higieny rąk zwiększa poziom bezpieczeństwa uczniów, nauczycieli i pracowników oraz ogranicza rozprzestrzenianie się wirusa, który powoduje COVID-19. Zachęcanie do stosowania odpowiedniej higieny rąk wymaga innego podejścia w przypadku każdej grupy wiekowej, jednak zawsze obowiązują trzy uniwersalne zasady:

- Chorzy uczniowie, nauczyciele i pracownicy nie powinni przychodzić do szkoły.
- Należy zachęcać do częstego i dokładnego mycia rąk.
- Należy dopilnować, by w punktach higieny rąk zawsze były dostępne mydło, jednorazowe papierowe ręczniki do rąk i ciepła woda. Wycieranie rąk papierowymi ręcznikami do rąk zmniejsza ryzyko rozprzestrzeniania się zarazków; natomiast suszarki do rąk mogą rozpylać ich duże ilości w powietrzu.[1] Papierowe ręczniki do rąk mogą również służyć do wielu innych zastosowań oprócz wycierania rąk: do wydmuchiwania nosa, wycierania ust, poprawiania aplikacji kosmetyków oraz ochrony przed zabrudzonymi klamkami, a także do potrzeb medycznych.

Poniżej przedstawiono sugestie dotyczące sposobów zachęcenia uczniów w różnym wieku do pomocy w ograniczaniu rozprzestrzeniania koronawirusa oraz innych patogenów.

- **Przedszkole:** Naucz dzieci właściwych zachowań mających na celu ochronę zdrowia, takich jak zakrywanie ust łokciem podczas kasłania i kichania oraz częste mycie rąk, korzystając z oznakowania zachęcającego do regularnego mycia rąk. Poproś o śpiewanie piosenki podczas mycia rąk przez co najmniej 20 sekund, np. „Wlazł kotek na płotek". Monitoruj i nagradzaj właściwe mycie rąk oraz zachęcaj dzieci do korzystania z aplikacji Ella's Hand Washing marki Tork (patrz strona 4).
- **Szkoła podstawowa i średnia:** Aktywnie zachęcaj uczniów do właściwych zachowań mających na celu ochronę zdrowia, np. osłanianie ust łokciem podczas kasłania i kichania oraz mycie rąk. Przypominaj uczniom, by stanowili wzór dobrej higieny rąk dla innych uczniów oraz swoich rodzin poprzez dalsze stosowanie tych praktyk także w domu. Poświęć lekcję na zaprezentowanie przyczyn, dla których higiena rąk jest tak ważna. Wykorzystaj materiały „Szkoła mycia rąk Maksa" marki Tork do eksperymentów i udzielania wskazówek (patrz strona 5).
- **Szkoły wyższe:** Zorganizuj szkolenie dla studentów, wykładowców i pracowników dotyczące technik higieny rąk po wznowieniu działalności podczas spotkania organizacyjnego, oraz przeprowadzaj je regularnie w trakcie semestru. Wywieś aktualne oznakowanie dotyczące higieny i mycia rąk we wszystkich obiektach oświatowych, szczególnie w toaletach. Umieść środki dezynfekujące do rąk przy wejściach i wyjściach z budynków, sal lekcyjnych, toalet, stołówek oraz bibliotek, wraz z oznakowaniem zachęcającym do regularnego korzystania z nich.

Na kolejnych stronach znajdują się dodatkowe zasoby, które ułatwiają promowanie właściwej higieny rąk w przedszkolu, szkole podstawowej i średniej oraz w placówkach szkolnictwa wyższego.

Tarcie podczas wycierania rąk ręcznikiem papierowym usuwa *więcej bakterii* niż inne metody.[2]

1. Redway K, Fawdar S. A comparative study of three different hand drying methods: paper towel, warm air dryer, jet air dryer. European Tissue Symposium (ETS). 2008 r.
2. Best EL, Parnell P, Wilcox MH. Microbiological comparison of hand-drying methods: the potential for contamination of the environment, user, and bystander. J Hosp Infect. 2014 Dec;88(4):199-206.

Przedszkole

Nauka dobrej higieny w przedszkolu może być wielkim wyzwaniem, jest jednak bardzo ważna, jeśli chodzi o ograniczanie rozprzestrzeniania się wirusów wywołujących przeziębienie, grypę i inne choroby, np. koronawirusa powodującego COVID-19. Dlatego stworzyliśmy pakiet Szkoła Mycia Rąk Elli, który obejmuje bezpłatną aplikację, broszury dotyczące higieny, materiały dydaktyczne oraz zajęcia, dzięki którym mycie rąk stanie się dużo ciekawsze – a przez to również łatwiejsze do nauczenia się.

Aplikacja i książeczka Ella's Hand Washing School marki Tork zostały zweryfikowane pod kątem merytorycznym przez Centra Kontroli i Prewencji Chorób (CDC).

Materiały

Aplikacja Ella's Hand Washing Adventure

Pobierz

Ulotka

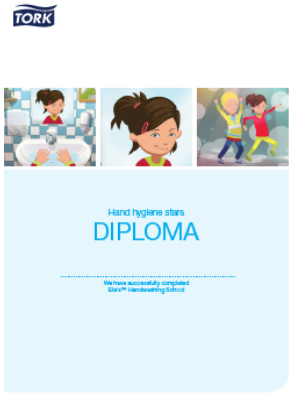
Pobierz

Plakat Ella's Hand Washing

Pobierz

Plakat do kolorowania Ella's Hand Washing

Pobierz



Dyplom higieny rąk

Pobierz

Szkoła podstawowa i średnia

Uczniowie szkół podstawowych i średnich wspólnie korzystają z sal lekcyjnych, placów zabaw oraz toalet, przez co często stykają się z tymi samymi zarazkami. Nakłonienie uczniów do właściwego mycia rąk w celu uniknięcia rozprzestrzeniania chorób takich jak COVID-19 może być dużym wyzwaniem. „Szkoła mycia rąk Maksa” marki Tork to łatwy sposób, by zachęcić dzieci do prawidłowego mycia i wycierania rąk. Będą wykonywać eksperymenty z dziedziny higieny rąk, rozwiązywać problemy oraz uczyć się przydatnych rzeczy.

Poniżej można znaleźć zeszyt ćwiczeń dla uczniów oraz przewodnik dla nauczycieli do lekcji poświęconych zagadnieniu higieny rąk. Wykorzystaj te zajęcia podczas lekcji lub jako pracę domową. Plakaty można rozwiesić w salach lekcyjnych, toaletach lub przy wejściu do stołówki. Nagradzaj uczniów dyplomami za opanowanie umiejętności mycia rąk!

Materiały

Zeszyt ćwiczeń dla uczniów

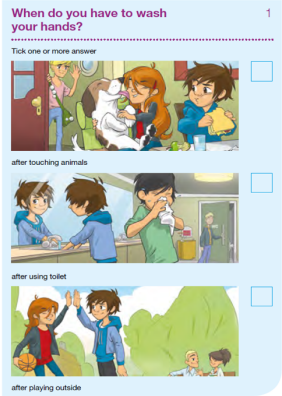
Pobierz

Przewodnik dla nauczycieli

Pobierz

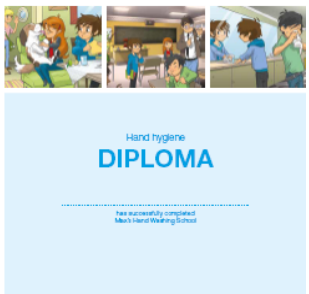
Plakaty

Pobierz



Karty aktywności z eksperymentami dotyczącymi higieny rąk

Pobierz



Dyplom

Pobierz

Szkoły wyższe

Podczas pandemii COVID-19 oraz po jej ustaniu stosowanie i promowanie właściwej higieny rąk we wszystkich budynkach uniwersytetu oraz miasteczka akademickiego jest ważniejsze niż kiedykolwiek wcześniej. W ciągu semestru w tych obiektach szkolnictwa wyższego występuje wzmożony ruch o zmiennym nasileniu.

Studenci, kadra dydaktyczna oraz pracownicy dotykają wielu różnych powierzchni, takich jak klamki, włączniki światła i blaty biurek. Wszyscy powinni często i prawidłowo myć oraz dokładnie wycierać ręce papierowymi ręcznikami do rąk w ciągu dnia, lecz przede wszystkim:

- Po wydmuchaniu nosa, kaszlnięciu i kichnięciu
- Przed przygotowaniem żywności i jedzeniem oraz po zakończeniu tych czynności
- Po skorzystaniu z toalety
- Gdy dłonie są widocznie brudne lub zanieczyszczone
- Podczas korzystania z ogólnodostępnego sprzętu, takiego jak klawiatury, komputery czy drukarki, a także po wyrzucaniu śmieci

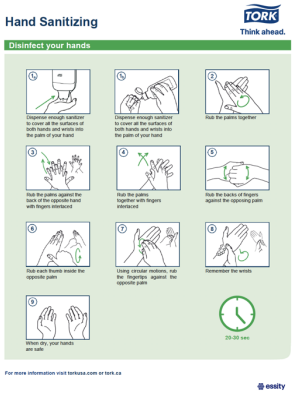
Należy zapewnić studentom, kadrze dydaktycznej oraz pracownikom odpowiedni zapas czystych jednorazowych papierowych ręczników do rąk oraz mydła w każdej toalecie. Należy umieścić środki dezynfekujące do rąk przy wejściach i wyjściach z budynków, sal lekcyjnych, toalet, stołówek oraz bibliotek, wraz z oznakowaniem zachęcającym do regularnego korzystania z nich.

Poniżej można znaleźć narzędzia i informacje, które zachęcają studentów, pracowników oraz gości do prawidłowego mycia rąk i stosowania technik dezynfekcji.

Materiały

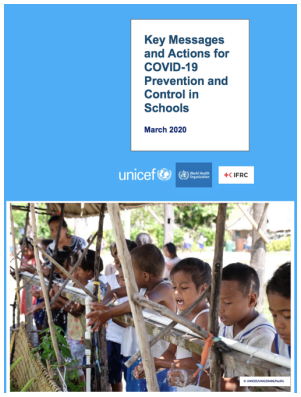
Procedura mycia rąk

Pobierz



Procedura dezynfekcji rąk

Pobierz



Profilaktyka i kontrolowanie rozprzestrzeniania się COVID-19 w szkołach (w oparciu o wytyczne WHO)

Pobierz

Czyszczenie powierzchni

Studenci, członkowie kadry dydaktycznej oraz pracownicy mogą zarazić się COVID-19, dotykając powierzchni skażonych koronawirusem, dlatego częste czyszczenie jest bardzo ważne. Oto kilka porad dotyczących czyszczenia różnych obszarów w obiekcie oświaty:

- **Sale lekcyjne, biblioteki, laboratoria, biura i korytarze:** Zapewnij regularne czyszczenie poręczy, automatów z wodą, klamek drzwi i okien, włączników światła, biurek, krzeseł, stołów i pomocy dydaktycznych.

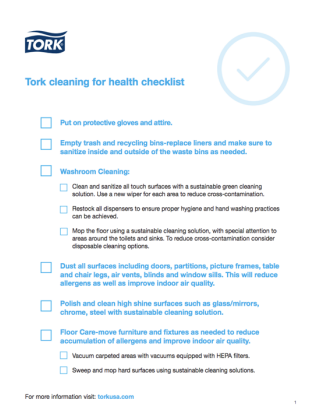
- **Toalety i szatnie:** Rozpocznij od czyszczenia mniej zabrudzonych obszarów, a sedesy i podłogę zostaw na koniec. Zadbaj o czyszczenie klamek, włączników światła, dozowników, kranów, desek sedesowych i spłuczek. Należy używać więcej niż jednej ściereczki, aby zapobiegać rozprzestrzenianiu się zarazków. Zarazki mogą gromadzić się na mopach i gąbkach, dlatego warto wziąć pod uwagę stosowanie rozwiązań jednorazowego użytku.

- **Stołówka, kuchnia i pomieszczenia dla kadry dydaktycznej:** Zadbaj o regularne czyszczenie klamek, włączników światła, powierzchni często dotykanych i mających kontakt z żywnością, kranów, przyborów, osłon higienicznych, stołów, krzeseł, blatów i kas fiskalnych. Należy najpierw wyczyścić najmniej zabrudzone powierzchnie, a podłogę zostawić na koniec. Zatłuszczone powierzchnie muszą przed dezynfekcją zostać wyczyszczone gorącą wodą z detergentem.

- **Sale gimnastyczne:** Należy dokładnie wycierać często dotykane powierzchnie, takie jak sprzęt do ćwiczeń, automaty z wodą, klamki oraz szafki.

Poniżej można znaleźć dodatkowe zasoby, które pomogą zapewnić odpowiednią czystość i higienę w placówce oświaty w trakcie pandemii COVID-19 oraz po jej ustaniu.

Materiały



Lista kontrola czyszczenia dla zdrowia marki Tork

Pobierz

Znaczenie czyszczenia w oparciu o dane w Twoim obiekcie szkolnym

Pobierz

COVID-19 a bezpieczeństwo żywności: wytyczne dla sektora spożywczego (za pośrednictwem WHO)

Pobierz

Rekomendacje dotyczące rozmieszczenia dozowników

Promowanie właściwej higieny rąk wśród uczniów oraz kadry pracowniczej poprzez udostępnienie dozowników do czyszczenia rąk w łatwo dostępnych i dobrze widocznych miejscach ma ogromne znaczenie, niezależnie od tego, czy w trakcie pandemii COVID-19 Twoja szkoła jest w połowie semestru, czy też dopiero przygotowuje się do wznowienia działalności. Oto kilka zasad przewodnich dotyczących poszczególnych obszarów Twojej szkoły.

1 Wejścia

Zapewnij środek dezynfekujący do rąk przy wszystkich wejściach dla uczniów, rodziców, kadry dydaktycznej oraz innych pracowników, aby zachęcić do stosowania odpowiedniej higieny rąk. Umieść dobrze widoczne zawiadomienia promujące właściwą higienę rąk.

2 Toalety i szatnie

Zapewnij liczne dozowniki mydła, papierowych ręczników do rąk, chusteczek higienicznych oraz środka dezynfekującego do rąk w pobliżu zlewów na wysokości dostosowanej do użytkowników. Korzystanie z dozowników bezdotykowych ogranicza liczbę dotykanych powierzchni, natomiast dostępność środka dezynfekującego do rąk zachęca do lepszego dbania o higienę osobistą. Wycieranie rąk papierowymi ręcznikami redukuje ryzyko rozprzestrzeniania zarazków, natomiast suszarki nadmuchowe mogą rozpylać ich duże ilości w powietrzu.[1] Zapewnianie chusteczek higienicznych może zredukować rozprzestrzenianie się patogenów. Zakryte kosze na śmieci w pobliżu dozowników i drzwi mogą ograniczyć zanieczyszczenie.

3 Sale lekcyjne

Umieść środek dezynfekujący do rąk przy drzwiach i zachęć uczniów, aby używali go przy wchodzeniu. Chusteczki higieniczne powinny również być dostępne przy wejściu oraz w miejscach gromadzenia się, aby promować higienę. Powinny być dostępne ściereczki i roztwory czyszczące do regularnego czyszczenia komputerów.

4 Biblioteka, pracownie komputerowe i biura

W tych miejscach o dużym natężeniu ruchu należy umieścić dozowniki środka dezynfekującego do rąk oraz chusteczek higienicznych. Umieszczenie w tych obszarach zakrytych koszy na śmieci może pomóc ograniczyć zanieczyszczenie. Łatwy dostęp do ściereczek i roztworów czyszczących może ułatwić regularne czyszczenie stołów, krzeseł, półek, komputerów oraz blatów. Należy zachęcać wszystkich użytkowników, aby brali odpowiedzialność za czyszczenie miejsca pracy po skorzystaniu z niego.

5 Stołówki i kuchnie

Zapewnij środek dezynfekujący do rąk przy wejściach. W kuchni należy również zapewnić dozowniki mydła i papierowych ręczników do rąk przy umywalkach. Przy ladzie powinien znajdować się dozownik na jednorazowe papierowe ręczniki do rąk oraz środki czystości do regularnego czyszczenia, a także dozowniki środka dezynfekującego do rąk w celu promowania higieny osobistej między transakcjami. Zapewnij również dozowniki serwetek dozujące odcinek po odcinku, aby uczniowie dotykali tylko tych serwetek, które pobierają.

6 Pomieszczenia dla nauczycieli i gabinet higienistki

Należy umieścić dozowniki mydła i środka dezynfekującego nad wszystkimi zlewami. Przy zlewach powinny znajdować się bezdotykowe dozowniki papierowych ręczników do rąk oraz kosze na śmieci. Zapewnij produkty do wycierania, aby zachęcić do regularnego czyszczenia powierzchni. Na stołach umieść dozowniki serwetek dozujące odcinek po odcinku oraz pudełka na chusteczki higieniczne, aby promować lepszą higienę.

7 Sale gimnastyczne i obiekty sportowe

Umieszczenie dozowników środka dezynfekującego do rąk przy wejściach do obszarów o dużym natężeniu ruchu, takich jak sale gimnastyczne i obiekty sportowe, pozwala zapobiec rozprzestrzenianiu zarazków przez uczniów i pracowników.

1. Redway K, Fawdar S. A comparative study of three different hand drying methods: paper towel, warm air dryer, jet air dryer. European Tissue Symposium (ETS). 2008 r.

TORK Think ahead.

Zadbaj o siebie i swoje bezpieczeństwo z produktami Tork

Szkoły i uczelnie

- Oferujemy **bezpłatne konsultacje** oraz **pakiety narzędzi komunikacyjnych i szkoleniowych**
- Pomagamy organizować miejsca pracy i nauki tak, aby odpowiadały nowym standardom higieny
- Nasze rozwiązania wspierają tworzenie bezpiecznej i przyjaznej przestrzeni w budynkach szkół i uczelni, aby uczniowie i studenci nie musieli martwić się o higienę w czasie zajęć

Wejścia i przestrzenie ogólne

- Dozowniki łatwe i bezpieczne w użyciu
- Pomogą zadbać o higienę podczas przerw
- Przypominają o zachowaniu należytej higieny dłoni

511055	Tork stojak do dezynfekcji	Higiena w każdym miejscu – uzupełniony o dozownik przypomina o higienie dłoni
511110	Tork alkoholowy preparat w płynie do higienicznej i chirurgicznej dezynfekcji rąk, 500 ml	Butelka wolnostojąca z pompką pozwala na stosowanie w dowolnym miejscu
511103	Tork alkoholowy preparat w żelu do higienicznej i chirurgicznej dezynfekcji rąk, 500 ml	Przeznaczony do częstego stosowania. Nie zostawia kleistej powłoki

Toalety i szatnie

- Higieniczne rozwiązanie – specjalnie zaprojektowane dozowniki chronią przed zanieczyszczeniem wkładów
- Trwałe i zamykane na klucz dozowniki chronią papier przed kradzieżą, a system wydawania po jednym odcinku pomaga zmniejszyć zużycie
- Produkty z certyfikatem Easy-to-Use zapewniają wysoki poziom higieny również najmłodszym i osobom starszym, a także ułatwiają pracę personelowi

551000	Tork Matic® dozownik do ręczników w roli	Dozowanie po jednym odcinku dzięki specjalnemu mechanizmowi
552500	Tork PeakServe® dozownik do niekończących się ręczników	250% więcej ręczników – najbardziej pojemny dozownik na rynku
560000	Tork dozownik do mydła w płynie i sprayu	Zapewnia łatwą i szybką wymianę wkładów
681000	Tork SmartOne® Mini dozownik do papieru toaletowego w roli	Dozowanie pojedynczych odcinków redukuje zużycie nawet o 40%. Uzupełniony o łatworozpuszczalny papier stanowi idealne rozwiązanie dla łazienek z problemem niedrożnych rur
682000	Tork SmartOne® Mini podwójny dozownik do papieru toaletowego w roli	Duża pojemność – rzadsze wymiany i mniejsze ryzyko braku papieru
558040	Tork dozownik do papieru toaletowego Mid-size bez gilzy	Mieszczący dwie rolki dozownik, który pasuje do łazienek o mniejszej powierzchni

Sale lekcyjne

- Dozowniki łatwe i bezpieczne w użyciu
- Pomogą zadbać o higienę w każdej sali i pracowni

551000	Tork Matic® dozownik do ręczników w roli	Specjalny mechanizm zawsze zapewnia dozowanie po jednym odcinku oraz szybką wymianę wkładu
552500	Tork PeakServe® dozownik do niekończących się ręczników	250% więcej ręczników – najbardziej pojemny dozownik na rynku pomaga oszczędzić czas, a skompresowane o 50% bindy zajmują mniej miejsca podczas składowania i transportu
561500	Tork dozownik do mydła w pianie	Szczelny system z kurczącą się butelką zwiększa higienę i ogranicza ilość odpadów
460013	Tork dozownik na chusteczki higieniczne	Można dyskretnie umieścić na ścianie lub blacie, aby chusteczki zawsze były pod ręką
140280	Tork ekstra miękkie chusteczki higieniczne	Miękkie chusteczki, delikatne dla skóry

Stołówki i kuchnie

- Higiena przy posiłku - rozwiązania Tork pomagają utrzymać należytą higienę dłoni
- Pojemne dozowniki pomagają oszczędzić czas poświęcany na uzupełnianie

272901	Tork Xpressnap Fit® dozownik do serwetek na ladę	Wytrzymały i pojemny dozownik z systemem dozowania po jednej serwetce – dotykasz tylko serwetki, której użyjesz. Wyposażony w panel reklamowy AD-A-Glance®
15830	Tork Xpressnap Fit® białe serwetki dyspenserowe	Pełnowymiarowa serwetka jest złożona w sposób umożliwiający umieszczenie w dozowniku małych rozmiarów
12830	Tork Xpressnap Fit® naturalne serwetki dyspenserowe	Wyprodukowane w 100% z materiałów z recyklingu
511110	Tork alkoholowy preparat w płynie do higienicznej i chirurgicznej dezynfekcji rąk, 500 ml	Butelka wolnostojąca z pompką pozwala na stosowanie w dowolnym miejscu
511103	Tork alkoholowy preparat w żelu do higienicznej i chirurgicznej dezynfekcji rąk, 500 ml	Przeznaczony do częstego stosowania. Nie zostawia kleistej powłoki
552500	Tork PeakServe® dozownik do niekończących się ręczników	Rzadsze i szybsze uzupełnianie – w dozowniku mieści się nawet do 2132 ręczników
473190	Tork Reflex™ dozownik do ręczników centralnie dozowanych	Wyższy poziom higieny – dotykasz tylko tego ręcznika, którego używasz
560000	Tork dozownik do mydła w płynie i sprayu	Łatwy w użyciu, z certyfikatem Easy-to-Use, zapewnia wysoki poziom higieny również najmłodszym i osobom starszym
194450 **194550** **194650** **194750**	Tork kolorowe ściereczki wielorazowe do czyszczenia	Wielozadaniowe, do stosowania z większością rozpuszczalników, środków dezynfekujących i detergentów. Dostępne w 4 kolorach, co pozwala uniknąć zakażeń krzyżowych. Do uniwersalnych zadań wymagających wytrzymałości i chłonności

Broszura zawiera wybrane rekomendacje produktowe Tork.
Nasi doradcy chętnie dobiorą najlepsze rozwiązania dla Twojej placówki
oraz przedstawią szerszą ofertę wkładów pasujących do poszczególnych dozowników.

Pracuj Bezpiecznie

Pobierz zestaw narzędzi, który pomoże w tworzeniu bezpieczniejszego środowiska pracy
www.tork.pl/pracujbezpiecznie

Skontaktuj się z nami

EMAIL
pracujbezpiecznie@essity.com

INTERNET
tork.pl

TELEFON
+48 783 122 222