

Nowy koronawirus – chroń siebie i innych

Nowy koronawirus rozprzestrzenia się zwykle w miejscach, w których znajduje się wielu ludzi. Z osoby na osobę przechodzi m.in. poprzez uścisk dłoni oraz drogą kropelkową – przez kaszlenie i kichanie. Chroń siebie i innych przed zakażeniem, korzystając z poniższych rad.



Często myj dłonie
lub używaj żelu
dezynfekującego



Kaszłaj i kichaj w rękaw
– nie w dłonie



Ogranicz kontakty fizyczne
– unikaj podawania rąk,
całowania w policzki
i uścisków



Przykładaj dużą wagę do
czystości, zarówno w domu,
jak i w miejscu pracy



Jeśli jesteś osobą starszą
lub przewlekle chorą
– utrzymuj dystans od innych
i proś ich, by również
zachowywali ostrożność