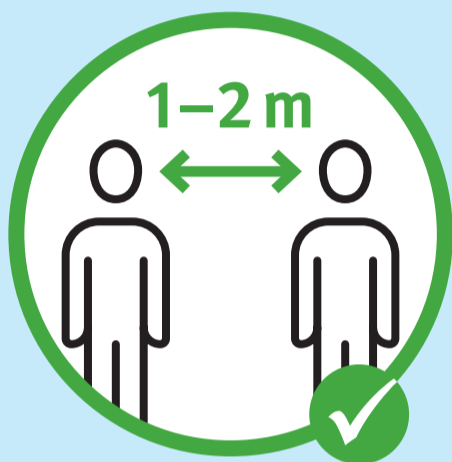


## KORONAWIRUS

# Ogólne środki ochrony



Zachować **1,5 m odstępu**  
od innych osób!



Myć ręce regularnie i dokładnie  
**wodą z mydłem przez  
20 sekund**, zwłaszcza po  
skorzystaniu z toalety i przed  
każdym posiłkiem.



Kaszleć i kichać w **zgięcie  
łokcia lub chusteczkę**,  
nigdy w dłoń.



Nie dotykać twarzy rękami.



Nie podawać ręki.



Unikać spotkań twarzą  
w twarz. Zamiast tego  
korzystać z telefonu i  
wideo konferencji.



W celu ochrony przed infekcjami  
unikać autobusów i tramwajów.  
Zamiast tego korzystać z  
rowerów i samochodów.



W przypadku kaszlu i  
gorączki pozostać w domu.



W razie podejrzenia  
skontaktować się z lekarzem  
tylko po uprzedniej rejestracji  
telefonicznej.



Korzystać z osobnych  
artykułów higienicznych i  
ręczników.



Skażone powierzchnie dotykowe  
w zakładzie pracy (np. toalety,  
stanowisko pracy) starannie  
wyczyścić, w razie potrzeby  
zdezynfekować.