

CZUJ SIĘ BEZPIECZNIEJ

W PRZESTRZENI

PUBLICZNEJ

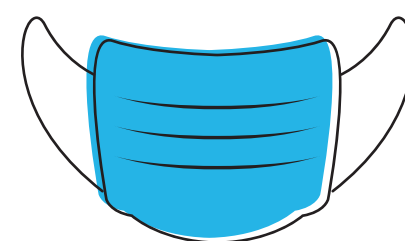
PRZESTRZEGAJĄC PONIŻSZYCH ZALECEŃ



W PRZYPADKU **ZŁEGO SAMOPOCZUCIA**
I PODWYŻSZONEJ CIEPŁOTY CIAŁA, INFЕКCJI
ORAZ OBJAWÓW CHOROBY
NALEŻY POZOSTAĆ W DOMU
I SKONTAKTOWAĆ SIĘ Z LEKARZEM



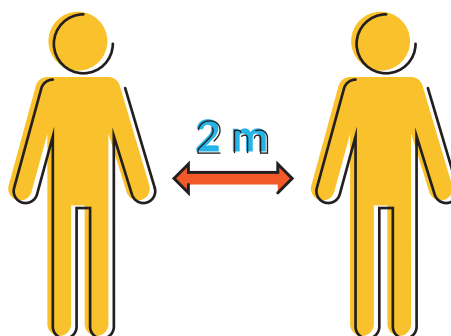
ZALECA SIĘ SZCZEGÓLNĄ **DBAŁOŚĆ**
O HIGIENĘ RĄK, TAKŻE PO KONTAKCIE
Z WSZELKIMI POWIERZCHNIAMI/
URZĄDZENIAMI PUBLICZNEGO UŻYTKU



NALEŻY STOSOWAĆ **ŚRODKI**
OCHRONY ZGODNIE Z REGULACJAMI
OBOWIĄZUJĄCEGO PRAWA



PODCZAS KASZLU I KICHANIA
ZAKRYWAJ USTA I NOS ZGIĘTYM ŁOKCIEM
LUB CHUSTECZKĄ. CHUSTECZKĘ
WYRZUC DO KOSZA I UMYJ RĘCE



ZACHOWAJ **2 METROWĄ ODLEGŁOŚĆ**
OD INNYCH OSÓB, UNIKAJ KONTAKTU
Z OSOBAMI CHORYMI



WZMACNIAJ ODPORNOŚĆ POPRZECZ
WYSIŁEK FIZYCZNY, ZDROWE ODŻYWIENIE
ORAZ ODPOWIEDNIO DŁUGI SEN



OBOWIĄZUJE **ZAKAZ PALENIA**
WYROBÓW TYTONIOWYCH
W MIEJSCACH PUBLICZNYCH



NALEŻY ZACHOWYWAĆ **CZYSTOŚĆ**
W OTOCZENIU, WYRZUCAĆ ODPADY
DO WŁAŚCIWYCH POJEMNIKÓW



OBOWIĄZUJE **ZAKAZ SPOŻYWANIA**
NAPOJÓW ALKOHOLOWYCH
W MIEJSCACH PUBLICZNYCH

W PRZYPADKU WYSTĄPIENIA **GORĄCZKI, KASZLU LUB DUSZNOŚCI**, W ZALEŻNOŚCI OD NASILENIA OBJAWÓW,
SKONTAKTUJ SIĘ TELEFONICZNIE Z LEKARZEM POZ LUB NIEZWŁOCZNIE **ZADZWOŃ POD NUMER ALARMOWY 112**.
MOŻESZ RÓWNIEŻ SKONTAKTOWAĆ SIĘ Z NAJBLIŻSZĄ STACJĄ SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNĄ, SZCZEGÓLNIE
JEŚLI MIAŁEŚ KONTAKT Z OSOBĄ CHORĄ LUB PODEJRZANĄ O ZAKAŻENIE.