



Najważniejsze zasady bezpiecznego zachowania podczas epidemii koronawirusa / Найважливіші правила безпеки поведінка під час епідемії коронавірусу



Najważniejsze zasady bezpiecznego zachowania podczas epidemii koronawirusa

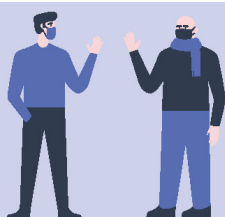


Często myj i dezynfekuj ręce

Należy pamiętać o częstym myciu rąk wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60%). Istnieje ryzyko przeniesienia wirusa z zanieczyszczonych powierzchni na ręce. Dlatego częste mycie rąk zmniejsza ryzyko zakażenia.

Unikaj dotykania oczu, nosa i ust

Dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być zanieczyszczone wirusem. Dotknięcie oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, może spowodować przeniesienie wirusa z powierzchni na siebie.



Zachowaj bezpieczną odległość od rozmówcy

Należy zachować co najmniej 2 metry odległości między sobą.

Zakładaj maseczkę

W przestrzeniach zamkniętych takich jak sklepy, urzędy, autobusy czy pociągi.









Найважливіші правила безпеки поведінки під час епідемії коронавірусу

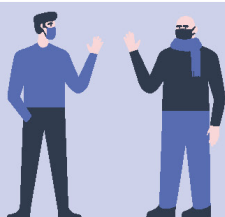
Часто мийте та дезінфікуйте руки



Не забудьте часто мити руки водою з милом, якщо не має такої можливості, слід продезінфікувати їх рідинами / гелями на алкогольній основі (мінімум 60%). Існує ризик передачі вірусу від заражених поверхні на руці. Тому часте миття рук знижує ризик інфекції.

Не торкайтеся очей, носа та рота

Руки торкаються багатьох поверхонь, які можуть бути забруднені вірусом. Торкаючись очей, носа та рота забрудненими руками, можете призвести до переміщення вірусу з поверхні на себе.



Тримайте безпечну відстань від співрозмовника

Тримайте не менш 2 метрів відстані з людиною з якою розмовляєте віч-на-віч, хто кашляє, чхає або має гарячку.

Одягніть маску

У замкнених просторах, таких як магазини, офіси, автобуси та потяги





Obrazy

