

# 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 поведінка 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 замкнутих просторах, таких як магазини, офіси, автобуси та потяги

