

PODSTAWOWE ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W CZASIE PANDEMII COVID-19

W dobie pandemii COVID-19 wszyscy powinniśmy chronić siebie i swoich najbliższych. Warto więc znać podstawowe zasady bezpieczeństwa i zawsze o nich pamiętać.



Pozostań w domu, jeśli jest to możliwe.



Wietrz pomieszczenia, w których przebywasz.



Jeśli musisz wyjść z domu, **załóż maskę ochronną.**



Zachowaj dystans co najmniej 1,5 metra do innych osób.



Dezynfekuj ręce i przedmioty codziennego użytku.

JAK PRAWIDŁOWO KORZYSTAĆ Z MASKI OCHRONNEJ



1 **Przed założeniem maski umyj ręce** lub zdezynfekuj je płynem na bazie alkoholu.



2 **Zakryj maską usta oraz nos.** Dopasuj sztywną krawędź maski do nosa. Dopiero wtedy zawiąż troki lub załóż gumki na uszy.



3 **Nie dotykaj maski** w trakcie używania. Jeśli to się zdarzy, zdezynfekuj ręce.



4 **Wymień maskę,** kiedy stanie się wilgotna.



5 **Zdejmując maskę, nie dotykaj jej przedniej części,** a tylko troków lub gumek.



6 Wyrzuć maskę do zamkniętego pojemnika i **starannie umyj ręce** lub zdezynfekuj je płynem na bazie alkoholu.