

# Co powinienem zrobić, żeby uniknąć zarażenia wirusem i roznoszenia wirusa?



Myj regularnie ręce wodą i mydłem lub używaj żelu dezynfekującego



Zakrywaj usta i nos chusteczkami higienicznymi, kiedy kaszlesz lub kichasz



Po użyciu wyrzuć chusteczkę do kosza (Następnie umyj ręce)



Jeśli nie masz chusteczki, użyj rękawa



**UNIKAJ** dotykania oczu, nosa i ust nieumytymi rękami



**UNIKAJ** kontaktów z ludźmi chorymi lub wykazującymi objawy choroby