

CO ROBIĆ, JEŚLI OSOBA, Z KTÓRĄ MIESZKASZ, CHORUJE NA COVID-19?

PODDAWAJ KWARANTANNIE WSZYSTKICH DOMOWNIKÓW...

- ✓ PRZEZ 14 DNI PO WYSTĄPIENIU PIERWSZYCH OBJAWÓW U CHOREJ OSOBY
- ✓ I PRZEZ CO NAJMNIJ 3 DNI BEZ WYSTĘPOWANIA OBJAWÓW
- ✓ I DO CZASU, AŻ NIKT NIE BĘDZIE MIEĆ GORĄCZKI
- ✓ I DO CZASU, AŻ WSZYSCY PRZESTANĄ ZAŻYWAĆ LEKI PRZECIWGORĄCZKOWE



MONITORUJ SVOJE OBJAWY

- ✓ TEMPERATURA
- ✓ KASZEL
- ✓ ZADYSZKA
- ✓ JEŚLI OBJAWY SIĘ ZAOSTRZĄ, POWIEDZ O TYM LEKARZOWI



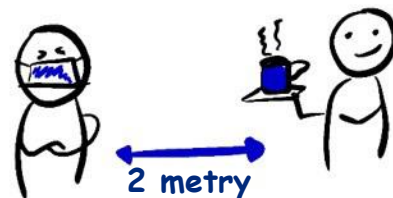
WOLNO:
POZOSTAĆ
W ŁÓŻKU

WOLNO:
OGLĄDAĆ
TELEWIZJĘ

WOLNO:
ZAKŁADAĆ MASKE

IZOLUJ OSOBY Z WIDOCZNYMI OBJAWAMI

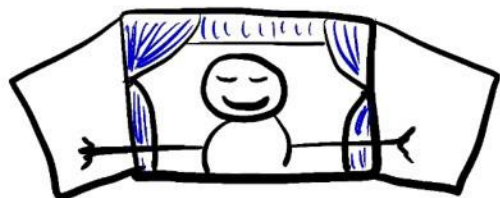
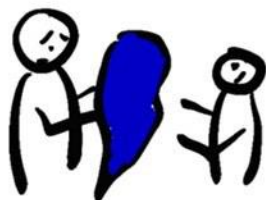
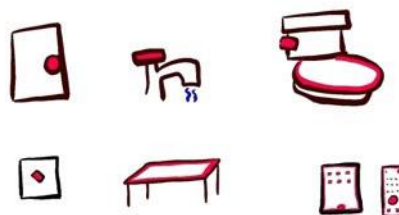
- ✓ POZOSTAŃ W SWOIM POKOJU
- ✓ ZACHOWAJ ODLEGŁOŚĆ 2 M OD INNYCH
- ✓ DOPILNUJ, ABY ZAKŁADALI MASKI
- ✓ TRZYMAJ ZWIERZĘTA Z DAŁA OD CHORYCH



NIE ROZNOŚ WIRUSA

- ✓ CZĘSTO MYJ RĘCE
- ✓ JEŚLI KASZLESZ LUB KICHASZ, ZASŁANIAJ USTA
- ✓ CODZIENNIE CZYŚĆ POWIERZCHNIE I PRZEDMIOTY
- ✓ NIE POŻYCZAJ NIKOMU KOCÓW, NACZYŃ I INNYCH PRZEDMIOTÓW OSOBISTYCH

20 SEKUND



OCZYSZCZAJ POWIETRZE

- ✓ OTWIERAJ OKNA
- ✓ UŻYWAJ OCZYSZCZACZA POWIETRZA
- ✓ WŁĄCZ NAWILŻACZ POWIETRZA



@epiellie
@benjaminlinas
@mlipsitch
@j_g_allen
@the_BMC

