

# Idem si kýchnuť! Čo mám robiť?

s vreckovkou



- Nekýchaj, pokiaľ vreckovku nemáš pripravenú
- Kýchni alebo kašli do vreckovky, a okamžite ju zahod' do koša a umy si ruky

bez vreckovky



- Kýchni alebo kašli do ohybu lakťa



Nezakrývaj si nos a ústa holými rukami, lebo tým zmeníš svoje ruky na biologickú zbraň



Kýchanie a kašľanie bez zakrytia si tváre je zlé (ale to predsa vieš)