



# KORONAWIRUS (COVID-19)

## Jak ochronić **siebie** i **innych**?

 <p>Nie masz dolegliwości?</p>	 <p>Ogranicz (społeczne) kontakty 1,5 metra</p>	 <p>Masz gorączkę? W takim przypadku również twoi współlokatorzy zostają w domu.</p>	<p>Zostań w domu</p> 
 <p>Unikaj dużych skupisk ludzi</p>	 <p>Pracuj w domu, jeśli możesz</p>	 <p>Kichanie, ból gardła, katar, lekki kaszel, lub podwyższona temperatura do 38 stopni.</p>	

			
<p>Regularnie myj ręce</p>	<p>Podczas kaszlu i kichania zakryj usta i nos zgiętym łokciem</p>	<p>Nie podawaj ręki</p>	<p>Używaj chusteczek papierowych</p>

Aby uzyskać więcej informacji, odwiedź stronę: [www.stigas.nl](http://www.stigas.nl)

