



Środki prewencyjne przeciwko koronawirusowi



Zostań w miarę możliwości w domu



Zachowaj odległość wynoszącą 1,5 metra



Myj częściej ręce



Kaszeć i kichać należy w wewnętrzną stronę zgięcia łokciowego



Korzystaj z chusteczek higienicznych



Nie podawaj rąk



Czy jesteś przeziębiony? Jeśli tak, to zostań w domu do momentu powrotu do zdrowia.

Czy oprócz tego masz duszności i/lub gorączkę? Jeśli tak, to wszyscy domownicy powinni zostać w domu.

Ogranicz kontakty:



Wychodź na dwór tylko, żeby zrobić zakupy, zaczerpnąć świeżego powietrza albo jeśli udzielasz pomocy innej osobie.



Pracuj w domu, jeśli jest to możliwe.



Tworzenie grup, składających się z więcej niż dwóch osób dozwolone jest wyłącznie, jeśli zachowany zostanie dystans wynoszący 1,5 metra.

Wyjątek stanowią rodziny / gospodarstwa domowe oraz dzieci w wieku do 12 lat

Ograniczenia w życiu publicznym:



Do 28 kwietnia 2020:



Zamknięte są szkoły i placówki opieki przedszkolnej.



Zamknięte są wszystkie placówki w sektorze usług gastronomicznych. Możliwa jest dostawa oraz odbiór gotowych dań.



Zamknięte są kluby sportowe i fitness, sauny, hale gier i firmy świadczące usługi o charakterze seksualnym.



Zamknięte są placówki publiczne, takie jak: muzea, sale koncertowe, teatry, kluby sportowe.



Zabronione jest wykonywanie zawodów, w których kontakt z klientem jest intensywny i w których nie można zapewnić dystansu wynoszącego 1,5 metra (na przykład zawodu fryzjera czy masażysty).



Zabronione jest organizowanie zgromadzeń.



Sklepy, targowiska oraz środki komunikacji publicznej zobowiązane są do podjęcia środków prewencyjnych zapewniających odpowiednią odległość między ludźmi.



Do 1 czerwca 2020:



Wszystkie imprezy wymagające zezwolenia lub zgłoszenia są zabronione.

**tylko wspólnie uda nam się
opanować koronawirus**

Więcej informacji:
rijksoverheid.nl/coronavirus
lub tel. 0800 – 1351



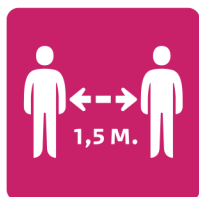
Rijksoverheid

Zatrzymaj rozprzestrzenianie się koronawirusa

Koronawirus uda nam się opanować tylko wtedy, jeśli wszyscy przestrzegają będziemy następujących zasad:



Zostań w domu, o ile jest to możliwe.



Zachowaj odstęp wynoszący 1,5 metra.



Myj częściej ręce.

Przestrzegaj tych zasad razem z rodziną, znajomymi i sąsiadami.

**tylko wspólnie uda nam się
opanować koronawirus**

Więcej informacji:

rijksoverheid.nl/coronavirus

lub tel. 0800-1351



Rijksoverheid

Zatrzymaj rozprzestrzenianie się koronawirusa

Koronawirus uda nam się opanować tylko wtedy, jeśli wszyscy przestrzegać będziemy następujących zasad:



Zostań w domu, o ile jest to możliwe.

Wychodź na dwór tylko, jeśli jest to konieczne. Na przykład, żeby zrobić zakupy lub zaczerpnąć świeżego powietrza. Grupa może się składać najwyżej z trzech osób. Pracuj w domu, o ile jest to możliwe.

Czy jesteś przeziębiony albo masz gorączkę? Jeśli tak, to zostań w domu. Zostań w domu również, jeśli jeden z domowników jest przeziębiony lub ma gorączkę. Nie zapraszaj gości.



Myj częściej ręce.

Myj ręce kilka razy dziennie używając do tego wody i mydła. Ręce zawsze należy umyć po pobycie na dworze.



Kaszeleć i kichać należy w wewnętrzną stronę zgięcia łokciowego.



Zachowaj odstęp wynoszący 1,5 metra.

Koronawirus rozprzestrzenia się przede wszystkim poprzez kaszel i kichanie. Dlatego należy zachować odstęp wynoszący 1,5 metra (długość obu rąk) od innych osób. Ta sama zasada obowiązuje na ulicy, w supermarkecie czy w parku. W ten sposób można uniknąć zakażenia – zarówno siebie, jak i innych osób.



Korzystaj z chusteczek higienicznych.



Nie należy podawać rąk innym osobom.

Przestrzegaj tych zasad razem z rodziną, znajomymi i sąsiadami.

**tylko wspólnie uda nam się
opanować koronawirus**

Więcej informacji:

rijksoverheid.nl/coronavirus

lub tel. 0800-1351