Предпазвайте себе си и околните от заболяване

Мийте си ръцете,



- след кихане или кашляне
- когато се грижите за болен
- преди, по време на и след приготвяне на храна
- преди хранене
- след ползване на тоалетна
- когато са видимо замърсени
- след досег с животни или техни изпражнения

World Health Organization

Намалете риска от заразяване с коронавирус:



Почиствайте редовно ръцете си с дезинфектант на алкохолна основа или ги мийте с вода и сапун

При кихане или кашляне покривайте устата и носа със свивката на лакътя или със салфетка, която изхвърлете веднага





Избягвайте контакт с хора, които имат температура и кашлица

World Health Organization

Предпазвайте другите от заразяване

При кихане и кашляне покривайте носа и устата със свивката на лакътя или със салфетка





Изхвърляйте салфетките веднага след използване в затворен контейнер

Обтривайте ръцете си с дезинфектант на алкохолна основа или ги измивайте с вода и сапун, след кашляне и кихане и когато се грижите за болен



World Health Organization

Предпазвайте другите от разболяване



Избягвайте контакт с хора, ако кашляте или се чувствате зле

Не плюйте на обществени места





Ако имате температура, кашлица и затруднено дишане, своевременно потърсете лекар и го уведомете къде сте пътували.

World Health Organization

Грижете се за безопасността на храната

Използвайте различни ножове и дъски за рязане на сурово месо и преработени храни





Мийте ръцете си, веднага след като сте пипали сурово месо и преди да докоснете преработени храни

World Health Organization

ГРИЖЕТЕ СЕ ЗА ЗДРАВЕТО СИ,

КОГАТО СТЕ НА ПЪТ



Не тръгвайте на път,
ако имате температура
и кашлица



Ако имате температура,
кашлица и затруднено дишане,
своевременно потърсете
медицинска помощ и съобщете
на лекаря къде сте пътували

ГРИЖЕТЕ СЕ ЗА ЗДРАВЕТО СИ,

КОГАТО СТЕ НА ПЪТ

Избягвайте близък контакт с болни и кашлящи





Обтривайте често ръцете си с дезинфектант на алкохолна основа или ги измивайте с вода и сапун

Не докосвайте очите, носа и устата си



ГРИЖЕТЕ СЕ ЗА ЗДРАВЕТО СИ,

КОГАТО СТЕ НА ПЪТ

При кашляне и кихане покривайте носа и устата със свивката на лакътя или със салфетка, която изхвърлете веднага след това и измийте ръцете си





Ако слагате маска, поставете я, така че да покрива устата и носа и не я докосвайте повече

След всяка употреба незабавно изхвърляйте еднократните маски и мийте ръцете си

ГРИЖЕТЕ СЕ ЗА ЗДРАВЕТО СИ

КОГАТО СТЕ НА ПЪТ



Ако се разболеете по време на пътуване, уведомете екипажа и своевременно потърсете медицинска помощ



Когато отидете на лекар, уведомете го къде сте пътували

Добавете лого

ГРИЖЕТЕ СЕ ЗА ЗДРАВЕТО СИ

КОГАТО СТЕ НА ПЪТ

Консумирайте само храна, преминала през достатъчна топлинна обработка





Избягвайте да плюете на обществени места

Избягвайте да влизате в контакт и да пътувате с болни животни

