

# UCZEŃ NA „SZÓSTKĘ”

dobrze wie;

**TAK** trzeba robić...



Kaszeć i kichać w chusteczki jednorazowe. Jeśli jej zapomnimy, zasłaniamy usta i nos rękawem w okolicy powyżej łokcia, a nie dłońmi.



Zużyta chusteczkę wyrzucić do kosza na śmieci, aby wirusy nie miały kontaktu z innymi osobami.



Myć ręce ciepłą wodą i mydłem przez co najmniej 20 sekund.



Pozostać w domu gdy wystąpi: gorączka, kaszel, ból gardła, katar, ból głowy, dreszcze, osłabienie.



Być w odpowiedniej odległości od osób chorych. Unikać kaszlących i kichających.



Powiadomić rodziców, opiekunów lub nauczyciela, w razie złego samopoczucia. Zgłosić się do lekarza, by rozpocząć leczenie.

...ale tak, **NIE!**



Unikać dotykania palcami ust, nosa i powiek oczu.



W rozmowie unikać bliskich kontaktów „twarzą w twarz” oraz uścisków.

**ŻEBY WIRUSOM NIE DAĆ SIĘ!**