

# Nowy koronawirus – chroń siebie i innych

Nowy koronawirus rozprzestrzenia się zwykle w miejscach, w których znajduje się wielu ludzi. Z osoby na osobę przechodzi m.in. poprzez uścisk dłoni oraz drogą kropelkową – przez kaszlenie i kichanie. Chroń siebie i innych przed zakażeniem, korzystając z poniższych rad.



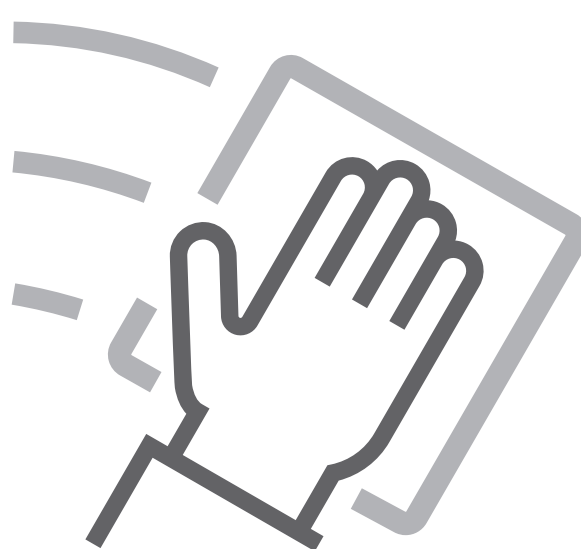
**Często myj dłonie  
lub używaj żelu  
dezynfekującego**



**Kaszlaj i kichaj w rękaw  
– nie w dłonie**



**Ogranicz kontakty fizyczne  
– unikaj podawania rąk,  
całowania w policzki  
i uścisków**



**Przykładaj dużą wagę do  
czystości, zarówno w domu,  
jak i w miejscu pracy**



**Utrzymuj dystans i proś innych  
o zachowanie ostrożności**