

KORONAWIRUS

Przebieg się objawia kataralną, a więc podwyższoną, temperaturą, niekiedy zapaleniem błon śluzowych nosa i gardła. Objawy zakażenia **koronawirusem** to przede wszystkim wysoka **gorączka, duszność, kaszel, utrata wagi i siły.**

JAK ZAPOBEĞAĆ ZAKAŻENIU?

- Caprio nej ruka myti** - myć ręce i **dezynfekować** je za pomocą mydła lub alkoholu 70% SDS.
- Zachowaj odległość 1,5 metra** od innych osób.
- Przebiegaj ograniczoną** wyprawę w sklepy i przystanki w godzinach szczytu.
- Unikaj bezpośredniego kontaktu** z osobami, które mają objawy choroby.
- Zachowaj odległość 1,5 metra** od innych osób.
- Zachowaj odległość 1,5 metra** od innych osób.

Infolinia NFZ
800 190 590
www.gov.pl/koronawirus



KORONAWIRUS

Przebieg się objawia kataralną, a więc podwyższoną, temperaturą, niekiedy zapaleniem błon śluzowych nosa i gardła. Objawy zakażenia **koronawirusem** to przede wszystkim wysoka **gorączka, duszność, kaszel, utrata wagi i siły.**

JAK ZAPOBEĞAĆ ZAKAŻENIU?

- Caprio nej ruka myti** - myć ręce i **dezynfekować** je za pomocą mydła lub alkoholu 70% SDS.
- Zachowaj odległość 1,5 metra** od innych osób.
- Przebiegaj ograniczoną** wyprawę w sklepy i przystanki w godzinach szczytu.
- Unikaj bezpośredniego kontaktu** z osobami, które mają objawy choroby.
- Zachowaj odległość 1,5 metra** od innych osób.
- Zachowaj odległość 1,5 metra** od innych osób.

Infolinia NFZ
800 190 590
www.gov.pl/koronawirus



CO POWINIENES WIEDZIEĆ O KWARANTANIE?

- Trwa 10 dni** - okres, w którym osoba zakażona może przekazać wirusa innym osobom.
- Trwa 10 dni** - okres, w którym osoba zakażona może przekazać wirusa innym osobom.

CZEGO NIE ROBIĆ PODCZAS KWARANTANY?

- nie odwiedzać innych osób
- nie odwiedzać miejsc publicznych
- nie odwiedzać miejsc publicznych

CO ROBIĆ PODCZAS KWARANTANY?

- pozostać w domu
- nie odwiedzać innych osób
- nie odwiedzać miejsc publicznych



SENIORZE! Zadbaj o siebie

Koronawirus jest szczególnie niebezpieczny dla seniorów i osób z chorobami towarzyszącymi. **Seniorze! Zadbaj o siebie!**

- PAMIĘTAJ!** - Zadbaj o siebie i unikaj bezpośredniego kontaktu z osobami, które mają objawy choroby.
- PAMIĘTAJ!** - Zadbaj o siebie i unikaj bezpośredniego kontaktu z osobami, które mają objawy choroby.

Przebiegaj ograniczoną wyprawę w sklepy i przystanki w godzinach szczytu.

Infolinia NFZ
800 190 590
www.gov.pl/koronawirus



KORONAWIRUS - informacje dla seniorów

- ZAKAZANE WYJAZDY** - do państw, w których występuje epidemia koronawirusa.
- WYJAZDY WYKONANE W OKRESIE PRZECHYLECIA** - do państw, w których występuje epidemia koronawirusa.
- WYJAZDY WYKONANE W OKRESIE PRZECHYLECIA** - do państw, w których występuje epidemia koronawirusa.



INFORMACJA DLA OBCOKRAJOWCÓW

Planujesz podróż do Polski? Przekraczając granicę RP, stanowiącą granicę zewnętrzną UE, musisz odbyć obowiązkową kwarantannę.

- KWARANTANNA TRWA 10 DNI.**
- STOSUJ SIĘ DO ZASAD NIEZBĘDNYCH DO WYKONANIA JAZDY.**
- PAMIĘTAJ!** - Zadbaj o siebie i unikaj bezpośredniego kontaktu z osobami, które mają objawy choroby.

Przebiegaj ograniczoną wyprawę w sklepy i przystanki w godzinach szczytu.

Infolinia NFZ
800 190 590
www.gov.pl/koronawirus



ZASADY KWARANTANY

- NA KIM JEST NIEZBĘDNY KWARANTANIE?**
- PRZEZ KIM?**
- NA JAKO DŁUGO?**

- BAJZ ODPOWIEDZIALNY!**
- Przebiegaj ograniczoną** wyprawę w sklepy i przystanki w godzinach szczytu.

Infolinia NFZ
800 190 590
www.gov.pl/koronawirus



KORONAWIRUS - informacje dla seniorów

- ZAKAZANE WYJAZDY** - do państw, w których występuje epidemia koronawirusa.
- WYJAZDY WYKONANE W OKRESIE PRZECHYLECIA** - do państw, w których występuje epidemia koronawirusa.
- WYJAZDY WYKONANE W OKRESIE PRZECHYLECIA** - do państw, w których występuje epidemia koronawirusa.

Przebiegaj ograniczoną wyprawę w sklepy i przystanki w godzinach szczytu.

Infolinia NFZ
800 190 590
www.gov.pl/koronawirus



ZASADY KWARANTANY

- NA KIM JEST NIEZBĘDNY KWARANTANIE?**
- PRZEZ KIM?**
- NA JAKO DŁUGO?**

- BAJZ ODPOWIEDZIALNY!**
- Przebiegaj ograniczoną** wyprawę w sklepy i przystanki w godzinach szczytu.

Infolinia NFZ
800 190 590
www.gov.pl/koronawirus



ZASADY KWARANTANY

- NA KIM JEST NIEZBĘDNY KWARANTANIE?**
- PRZEZ KIM?**
- NA JAKO DŁUGO?**

- BAJZ ODPOWIEDZIALNY!**
- Przebiegaj ograniczoną** wyprawę w sklepy i przystanki w godzinach szczytu.

Infolinia NFZ
800 190 590
www.gov.pl/koronawirus



ZASADY KWARANTANY

- NA KIM JEST NIEZBĘDNY KWARANTANIE?**
- PRZEZ KIM?**
- NA JAKO DŁUGO?**

- BAJZ ODPOWIEDZIALNY!**
- Przebiegaj ograniczoną** wyprawę w sklepy i przystanki w godzinach szczytu.

Infolinia NFZ
800 190 590
www.gov.pl/koronawirus

