

# Ako sa chrániť pred KORONAVÍRUSOM



## Používaj masku.

Správnym používaním masky chrániš nielen seba, ale aj ostatných.



## Umývaj si ruky.

Je dôležité si poriadne a pravidelne umývať ruky, aj keď sa nám nezdaajú špinavé.



## Zakrývaj si ústa.

Pri kýchaní alebo kašľaní si ústa vždy zakry servítkou alebo lakťom. Nikdy nie rukou!



## Nedotýkaj sa iných

Vírus sa môže šíriť aj podaním rúk, preto svojich kamarátov pozdrav radšej zamávaním.



## Nedotýkaj sa tváre.

Nakaziť sa môžeme aj tým, že si vírus preniesieme z rúk pri dotyku tváre, úst či nosa.



## Vyhýbaj sa preplneným miestam.

Na miestach, kde sa nachádza veľa ľudí je vyššia pravdepodobnosť nákazy.

**Pred vírusom sa najlepšie ochrániš, ak budeš dodržiavať tieto pravidlá a poučíš o nich aj svojich blízkych.**