

Jeżeli chcesz się **USTRZEC**
przed **ZARAŻENIEM WIRUSEM**,
to **PRZESTRZEGAJ** poniższych **ZASAD**:



NIE podawaj ręki na powitanie



NIE całuj się na powitanie



zachowaj dystans przynajmniej **1,5 m**
od drugiej osoby



NIE dotykaj klamek, poręczy



przy zakupach – uchwyt od koszyka w sklepie
dotykaj przez jednorazową chusteczkę



przyciski w windzie **WCISKAJ KLUCZEM**



klamki i drzwi **OTWIERAJ ŁOKCIEM**




NIE dotykaj dłońmi twarzy, oczu, ust



BARDZO CZĘSTO MYJ RĘCE
przez min. 30 sekund, używając mydła

NAJWAŻNIEJSZA JEST IZOLACJA –
JEŻELI NIE MUSISZ, NIE SPOTYKAJ
SIĘ Z INNYMI OSOBAMI

*w trosce
o zdrowie Polaków*


ADAMED
Dla Rodziny

