

DODRŽIAVAJTE, PROSÍM, TIETO DÔLEŽITÉ POKYNY



Často si umývajte ruky mydlom a vodou minimálne 30 sekúnd alebo si ich natrite prostriedkom s aspoň 60% alkoholu.



Vysušte si ruky po umytí, keďže vírusy sa lepšie šíria z vlhkej pokožky.



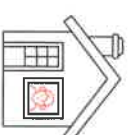
Nedotýkajte sa tváre, ak je to možné.



Zakrývajte si nos a ústa, vreckovkou alebo ohnutým laktom, keď kašľate alebo kýchate.



Noste rúško alebo respirátor, ak ste mimo vašej domácnosti.



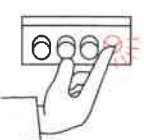
Ak sa cítite byť chorí, zostaňte doma a zavolajte svojmu lekárovi.



Často vetrajte v byte a kontinuálne vetrajte spoločné priestory v bytovkách.



Používajte schody namiesto výtahu, ak je to možné.



Nedotýkajte sa rukami plôch v spoločných priestoroch. Na stlačenie klúčky alebo tlačidla použite lakeť alebo klúče.



Umývajte často spoločné priestory a tiež klúčky a tlačidlá svetiel a výtahov čistiacimi prostriedkami s obsahom chlóru.



Udržujte aspoň 2 m odstup od ľudí mimo svojej domácnosti.



Nepozývajte si domov návštevy a nenavštevujte starých a chorých ľudí.



Ponúknite ľuďom v karanténe pomoc s nákupmi potravín a liekov.



Vyhýbajte sa miestam s väčším počtom ľudí.

ĎAKUJEME, ŽE STE OHĽADUPLNÍ A SPRÁVATE SA ZODPOVEDNE.

POKYNY NAVYŠE PRE DOMÁCNOSTI V KARANTÉNE

- 1 Neopúšťajte domácnosť.**
- 2 Nenakupujte v kamenných obchodoch.** Využite donáškovú službu alebo pomoc iných. Nákup prevezmite v rúšku a rukaviciach na dohodnutom mieste a zachovajte 3 m odstup.
- 3 Používajte jednorazové utierky** na osušenie rúk a povrchov.
- 4 Často dezinfikujte kľučky, povrchy a predmety** prípravkami s obsahom chlóru alebo aspoň 60% alkoholu.
- 5 Sledujte svoj zdravotný stav.** Ak máte príznaky (horúčka, kašeľ, dýchavičnosť), bez meškania zatelefonujte svojmu lekárovi a regionálnemu úradu verejného zdravotníctva.
- 6 Nezdierajte si osobné veci** ako uterák, tanier, pohár či príbor. Vyhradte ich pre každého v domácnosti zvlášť.
- 7 Ak máte koronavírus, izolujte sa od iných** čo najviac, ako je možné. Zdržujte sa v zatvorenej a vetranej miestnosti, noste rúško a pravidelne dezinfikujte kúpeľňu a WC.

Povinne zostaňte v **14-dňovej karanténe**, ak sú vo vašej domácnosti ľudia, ktorí sa vrátili zo zahraničia alebo ľudia s ochorením COVID-19 (koronavírus). Za nedodržanie povinnej domácej karantény hrozí sankcia vo výške **1659 eur**.

Zvážte karanténu, ak máte v domácnosti ľudí nad **60 rokov** alebo **ľudí s chronickými chorobami** (napríklad vysoký krvný tlak, cukrovka, alergia).

**ĎAKUJEME, ŽE
STE OHĽADUPLNÍ
A SPRÁVATE SA
ZODPOVEDNE.**