

COVID-19

(coronavirus)



Czym jest COVID-19 (koronawirus)?

- Koronawirusy to duża rodzina wirusów, które występują często na całym świecie.
- Wirusy te mogą powodować łagodne objawy, od gorączki i kaszlu do poważniejszych stanów chorobowych, takich jak zapalenie płuc, duszność i trudności w oddychaniu
- Koronawirus (COVID-19) został zidentyfikowany po raz pierwszy w grudniu 2019 r. w mieście Wuhan w Chinach
- Wirus ten rozprzestrzenił się teraz na inne kraje na całym świecie
- Naczelni Lekarze Wielkiej Brytanii (CMO) oświadczyli, że ryzyko dla społeczeństwa jest umiarkowane, ale ryzyko dla jednostek pozostaje niskie

W jaki sposób wirus się rozprzestrzenia?

- Najprawdopodobniej dzieje się to tam, gdzie dochodzi do bliskiego kontaktu (do 2 metrów) z osobą zakażoną.
- Wirus jest przenoszony drogą kropelkową – za pośrednictwem kropel powstałych, gdy osoba zakażona kaszle lub kicha.



- Krople mogą być przenoszone bezpośrednio do ust lub nosa osób znajdujących się w pobliżu lub wdychane do płuc.



- Niektóre osoby mogą się zarazić, dotykając skażonej powierzchni lub przedmiotu, a następnie, własnego nosa lub oczu, np.: po dotknięciu klamki albo podaniu ręki, dotkną własnej twarzy.

Co mogę zrobić, żeby się chronić?

- Regularnie myj ręce w ciągu dnia. Myj je przez 20 sekund za każdym razem i używaj mydła z wodą lub żelu do dezynfekcji rąk. Konieczne jest to szczególnie:
 - po powrocie do domu lub przyjeździe do EOTAS
 - po wydmuchaniu nosa, kichnięciu lub kaszlnięciu
 - przed jedzeniem lub podczas przygotowywania jedzenia
 - po skorzystaniu z toalety
- Unikaj dotykania oczu, nosa i ust niemytymi rękami
- Unikaj bliskiego kontaktu z ludźmi, którzy źle się czują



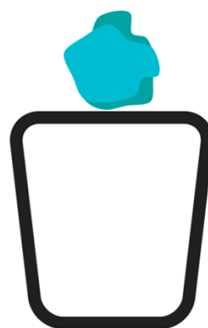
Filmik związany z COVID-19 o tym, jak myć ręce z Agencji Zdrowia Publicznego na Vimeo.

Filmik jest dostępny na stronie <https://vimeo.com/396666812>

Jeśli kaszlesz lub kichasz



ZŁAP



WYRZUĆ



ZABIJ

Objawy koronawirusa

- Jeśli zaczniesz się źle czuć i masz **wysoką temperaturę** i/lub **uporczywy kaszel**:
- powiedz rodzicom lub personelowi
- zasięgnij porady na stronie internetowej dotyczącej zdrowia publicznego
- skontaktuj się z lekarzem przez telefon – nie udawaj się do lekarza, szpitala lub apteki
- posłuchaj zaleceń lekarza i zostań w domu przez siedem dni

Co zrobimy, żeby Ci pomóc?

- Pomożemy w zrozumieniu koronawirusa i tego, jak się przed nim chronić
- Przypomnimy o regularnym myciu rąk
- Utrzymujemy czystość i porządek w Centrum
- Regularnie czyścimy i dezynfekujemy często dotykane przedmioty i powierzchnie
- Informujemy Ciebie i Twoją rodzinę o wszelkich zmianach lub poradach Agencji Zdrowia Publicznego
- Kontynuujemy pracę w normalnym trybie do czasu otrzymania innych zaleceń
- Pomożemy Ci pracować dalej, jeśli Centrum będzie musiało zostać zamknięte

Jeśli masz jakieś wątpliwości lub
obawy zwrócić się do członka
personelu



**KEEP
CALM
AND**



**WASH
YOUR HANDS**