

COVID-19

(coronavirus)



Čo je COVID-19 (koronavírus)?

- Koronavírusy sú veľkou rodinou vírusov, ktoré sa nachádzajú po celom svete
- Tieto vírusy môžu spôsobiť mierne príznaky od horúčky a kašľa až po závažnejšie zdravotné stavy ako je zápal pľúc, dýchavičnosť a ťažkosti s dýchaním
- Koronavírus (COVID-19) sa prvýkrát objavil v decembri 2019 v meste Wuhan, v Číne
- Tento vírus sa teraz rozšíril do iných krajín po celom svete
- Hlavný lekár Spojeného kráľovstva vyhlásil hrozbu pre verejnosť na miernej úrovni, no riziko pre jednotlivcov zostáva nízke

Ako sa vírus šíri?

- Najpravdepodobnejšie sa šíri, keď prídete do styku a s nakazenou osobou (do 2 metrov).
- Prenáša sa počas kašľania a kýchania kvapôčkami infikovanej osoby.



- Kvapôčky sa prenášajú priamo do úst alebo nosa ľudí, ktorí sú v okolí alebo ich vdýchnu do svojich pľúc.



- Niektorí ľudia sa môžu nakaziť dotykom povrchu alebo predmetov, ktoré sú kontaminované a potom sa dotknú úst, nosa alebo očí: dotykom kľučky na dverách alebo podaním ruky a potom dotykom vlastnej tváre.

Čo môžem urobiť, aby som sa chránil?

- Umývajte si pravidelne ruky počas 20 sekúnd s mydlom a vodou alebo sanitárným gélom a to zvlášť keď:
 - prídete domov alebo do EOTAS (školiaceho strediska)
 - vyfúkate si nos, kýchnete alebo zakašlete
 - idete jesť alebo prenášate jedlo
 - použijete toaletu
- Snažte sa nedotýkať svojich očí, nosa, úst s neumytými rukami
- Vyhýbajte sa kontaktu s chorými ľuďmi



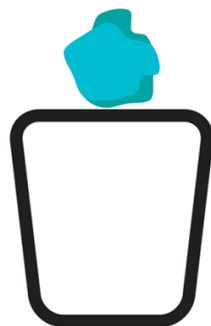
„Video o hygiene COVID- 19“ poskytnuté agentúrou verejného zdravia na Vimeo.

Toto video si môžete pozrieť na <https://vimeo.com/396666812>

Ak kašlete alebo kýchate



CATCH IT.



BIN IT.



KILL IT.

Symptómy koronavírusu

- Ak sa začnete cítiť chorý a máte vysokú teplotu a/alebo neprestávajúci kašeľ :
- Povedzte o tom svojim rodičom alebo zamestnancom
- Vyhľadajte pomoc na internetovej stránke agentúry pre verejné zdravie
- Kontaktujte svojho lekára telefonicky - nechodte k lekárovi, do nemocnice alebo do lekárne
- Držte sa rady lekára a ostaňte doma sedem dní

Čo urobíme, aby sme vám pomohli?

- Pomôžeme vám pochopiť koronavírus a ako sa chrániť
- Pripomenieme vám si pravidelne umývať ruky
- Udržiavame upratané a čisté centrum
- Pravidelne umývame a dezinfikujeme predmety a povrchy
- Informujeme vás a vaše rodiny o zmenách alebo radách od agentúry pre verejné zdravie
- Pokračujte ďalej ako bežne, pokiaľ vám nepovieme inak
- Pomôžeme vám pokračovať v práci, ak by sa centrum zatvorilo

Ak by ste mali nejaké obavy,
hovorte s nejakým
zamestnancom centra



**KEEP
CALM
AND**



**WASH
YOUR HANDS**