

Informacje dla seniorów



Ministerstwo Rodziny,
Pracy i Polityki Społecznej

#KORONAWIRUS

Informacje dla seniorów



Ogranicz przebywanie w miejscach publicznych



Często myj ręce wodą i mydłem



Unikaj dotykania oczu, nosa i ust



Regularnie myj lub dezynfekuj dotykane powierzchnie



Regularnie dezynfekuj telefon i nie używaj go podczas posiłków



Zachowaj odległość od rozmówcy wynoszącą 1-1,5 m



Stosuj zasady ochrony podczas kichania i kaszlu



Odżywiaj się zdrowo i nawadniaj organizm



Korzystaj ze sprawdzonych źródeł wiedzy o koronawirusie