

## Schutzmaßnahmen gegen das **Coronavirus (COVID-19)** Środki ochronne przeciwko **koronawirusowi (COVID-19)**

- **Waschen Sie Ihre Hände häufig!**  
Reinigen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mit einer Seife oder einem Desinfektionsmittel.
- **Często myj ręce!**  
Często i dokładne myj ręce używając mydła i wody, lub środków do dezynfekcji.
- **Halten Sie Distanz!**  
Halten Sie einen Abstand von mindestens einem Meter zwischen sich und allen anderen Personen ein, die husten oder niesen.
- **Zachowaj bezpieczną odległość**  
Zachowaj co najmniej 1 metr odległości między sobą a innymi ludźmi, którzy kaszlą lub kichają.
- **Berühren Sie nicht Augen, Nase und Mund**  
Hände können Viren aufnehmen und das Virus im Gesicht übertragen!
- **Unikaj dotykania oczu, nosa i ust**  
Dłonie mogą być skażone wirusem i przenieść go na twarz.
- **Achten Sie auf Atemhygiene!**  
Halten Sie beim Husten oder Niesen Mund und Nase mit gebeugtem Ellbogen oder einem Taschentuch bedeckt und entsorgen Sie dieses sofort.
- **Uważaj na higienę układu oddechowego**  
Podczas kaszlu i kichania zakryj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką i natychmiast ją wyrzuć.
- **Wenn Sie Symptome aufweisen oder befürchten erkrankt zu sein, bleiben Sie zu Hause und wählen Sie bitte 1450**
- **W przypadku wystąpienia objawów lub podejrzenia zachorowania, zostań w domu i zadzwoń na 1450.**