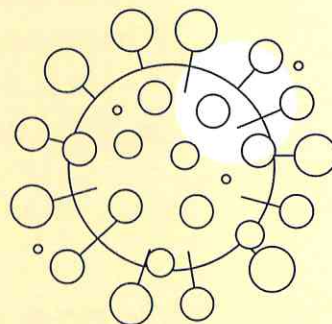


Pamätaj, že u väčšiny obyvateľstva (a to najmä u mladých ľudí) sú príznaky len veľmi mierne. Nie u všetkých sa dostaví horúčka a kašeľ.

Typickým príznakom môže byť aj obyčajná bolesť hlavy, únava, či strata čuchu a chuti.



Viac informácií nájdete na:
[zvladneme.to](https://www.zvladneme.to)
[korona.gov.sk](https://www.korona.gov.sk)



Bratislava - hlavné mesto SR

Call centrum: **02/3235 3030**

 **BRATISLAVA**

Najväčším rizikom počas návštevy v zariadeniach pre seniorov je možnosť prenosu nákazy COVID-19 a jej rozšírenia do celého zariadenia.

Pri dodržiavaní týchto pravidiel, však môžeme toto riziko významne znížiť.



1. Nechod' za mnou, ak:



si bol v zahraničí



si bol v skupine neznámych ľudí



máš/mal si príznaky ochorenia alebo sa necítiš dobre



si bol v kontakte s osobou, u ktorej máš podozrenie, že mohla byť vystavená nákaze

2. Ak za mnou nemôžeš prísť, môžeme sa spojiť:



po telefóne

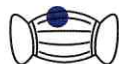


online – využime Skype, Zoom, aplikácie ako Messenger alebo WhatsApp a pod...



poštou - pošli mi balíček

3. Ak ma predsa len chceš vidieť, dodržiavaj pravidlá:



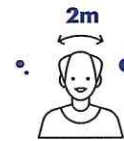
maj stále rúško

Zo štúdií vyplýva, že ak majú obaja dôkladne zakrytú tvár (ústa aj nos), tak je riziko prenosu nákazy veľmi malé.



dezinfikuj si ruky

Vírus môže prežiť na povrchu vecí aj niekoľko dní!



dodržiavaj odstup

Odporúča sa zachovávať odstup osoby minimálne 2 metre



neobjímaj ma

Viem, že je to ťažké, ale fyzický kontakt je momentálne vysoko rizikový.



ak je to možné, sadnime si radšej vonku na lavičku alebo sa prejdime

Zo štúdií vyplýva, že rizikovými miestami na prenos nákazy sú vnútorné a uzavreté priestory. Naopak, riziko prenosu na otvorenom vonkajšom prostredí je niekoľkonásobne menšie.