



OFICJALNY PORTAL  
GMINY BRZESKO

---

Data publikacji: 09.03.2020

**UWAGA!**

**КОРОНАВІРУС** викликає лихоманку, кашель, задишку, м'язові болі та втому.

Передається повітряно-крапельним шляхом, тобто під час кашлю, чхання чи говоріння.

## Як запобігти зараженню?



**Часто мийте руки з милом.**



Коли кашляєте чи чхаєте, **закривайте рот і ніс.**



**Тримайтеся на відстані не менше ніж 1 метр** від людей, які кашляють і чхають.



Якщо **ви повертаєтеся з регіону**, де виявлено коронавірус, і у **вас є симптоми** захворювання або ви мали **контакт із зараженою людиною**, повідомте про це санітарно-епідеміологічну станцію телефоном або зверніться до обсерваційно-інфекційного відділення.

**Довідкова лінія NFZ**

**800 190 590**

Zapoznaj się z wytycznymi Głównego Inspektora Sanitarnego w związku z występowaniem koronawirusa w Polsce. W związku z sytuacją występowania koronawirusa w Polsce, w trosce o wspólne bezpieczeństwo zdrowotne, apelujemy o przestrzeganie zaleceń Państwowej Inspekcji Sanitarnej i stosowania się do wytycznych służb sanitarnych w zakresie kwarantanny i zasad higieny.

Rekomendujemy unikanie uczestniczenia w imprezach masowych oraz zaniechania podróży, zwłaszcza do krajów o wysokim ryzyku zakażenia się koronawirusem.

Koronawirus jest podatny na rozpuszczalniki lipidów, co oznacza, że dokładne, co najmniej 30 sekundowe mycie rąk wodą ze zwykłym mydłem lub detergentem, jest kluczowe, by ograniczyć rozprzestrzenianie się koronawirusa.

**W przypadku gorszego samopoczucia, zwłaszcza gorączki i innych objawów grypopodobnych, zachęcamy do powstrzymania się od wychodzenia z domu i spotkań z innymi osobami.**

Apelujemy o korzystanie wyłącznie ze sprawdzonych źródeł informacji o koronawirusie, które znajdziecie Państwo w serwisach instytucji publicznych, na stronach: [www.gis.gov.pl](http://www.gis.gov.pl), [gov.pl/koronawirus](http://gov.pl/koronawirus) i dzwoniąc pod numer bezpłatnej infolinii NFZ 800-190-590.

Prosimy o otoczenie szczególną opieką osób starszych i innych osób o obniżonej odporności. W szczególności chodzi o pomoc w codziennych czynnościach, takich jak zakupy, zaopatrzenie w leki, załatwianie spraw urzędowych, a także po prostu rozmowę.

Apelujemy o racjonalne i odpowiedzialne zachowanie oraz stosowanie się do rekomendacji służb sanitarnych i profesjonalistów medycznych.

---

Źródło: <https://www.brzesko.pl/aktualnosc/84133.uwaga>

Data wydruku: 2026-06-21 14:17:40