

Porady dotyczące koronawirusa

Chroń siebie i innych

Jak można chronić się na placu zabaw?



- Często i dokładnie myj ręce wodą z mydłem.
- Używaj płynu do dezynfekcji, gdy nie masz dostępu do wody i mydła.
- Zwróć szczególną uwagę na higienę dłoni po wizycie w toalecie, zmianie pieluszki, przed i po karmieniu, przed przygotowaniem jedzenia, po wydmuchiwaniu nosa i in.



- Pomóż dzieciom w częstym i dokładnym myciu rąk.
- Gdy wrócisz z dzieckiem z placu zabaw, powinniście umyć ręce wodą z mydłem.



- Należy pamiętać o odpowiedniej higienie podczas przygotowywania jedzenia, np. o umyciu warzyw i owoców przed zjedzeniem.
- Nie pozwalać dzieciom samym sięgać po owoce i jedzenie; należy samemu podać je dzieciom.
- Jeść wyłącznie własne jedzenie.



- Zachowywać odpowiedni odstęp od innych.
- Ograniczyć kontakt fizyczny – unikać uścisków dłoni, przytulania, pocałunków.



- Kaszleć i kichać w zgięcie ramienia lub w jednorazową chusteczkę higieniczną - nie w dłonie.