



Ostrożności nigdy za wiele - przypominamy najważniejsze zasady bezpieczeństwa.

Wiele osób przechodzi koronawirusa bezobjawowo. Brak charakterystycznych dolegliwości może uśpić naszą czujność i sprawić, że nieświadomie będziemy zarażać innych. To właśnie między innymi dlatego tak ważne jest przestrzeganie zasad bezpieczeństwa.

Chroń siebie i innych - stosuj zasadę DDMA+W

Najskuteczniejszą bronią w walce z koronawirusem jest nasze odpowiedzialne zachowanie i przestrzeganie podstawowych zasad bezpieczeństwa. Zasada DDMA+W, to:

D jak dystans

Dystans społeczny towarzyszy nam od początku epidemii koronawirusa. 1,5 m to minimalna odległość, jaką powinniśmy zachowywać od innych osób. Dzięki temu chronimy zarówno siebie, jak i ludzi wokół nas.

D jak dezynfekcja

Mycie rąk wodą z mydłem, albo ich dezynfekcja to podstawa w walce z koronawirusem. Jednak ręce to nie wszystko. Pamiętaj o czyszczeniu i dezynfekcji powierzchni i przedmiotów, których często dotykasz.

M jak maseczka

Maseczka, szalik lub przyłbica - zasłaniaj nos i usta w przestrzeni publicznej. Rób to zarówno w pomieszczeniach zamkniętych jak i na ulicy. Tam również spotykasz i mijasz wiele osób.

A jak Aplikacja STOP COVID - ProteGO Safe

Korzystasz z aplikacji i miałeś bliski kontakt z osobą chorą? Twój telefon Cię o tym poinformuje. STOP COVID ProteGO Safe to dobrowolna, darmowa i w pełni bezpieczna aplikacja, która pomaga w walce z koronawirusem.

Więcej o aplikacji tutaj [Aplikacja STOP COVID - ProteGO Safe](#)

W jak wietrzenie

Zadbaj, aby w zamkniętych pomieszczeniach, w których spędzasz dużo czasu był dopływ świeżego powietrza. Często wietrz pokoje w domu i w pracy.

Najważniejsze informacje na gov.pl/koronawirus