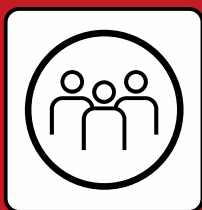


**TAK SIĘ  
CHRONIMY.**

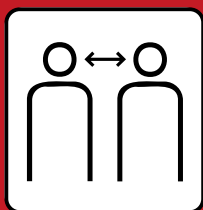


Aktualizacja dn. 22.03.2021

# ZATRZYMAĆ KORONAWIRUSA



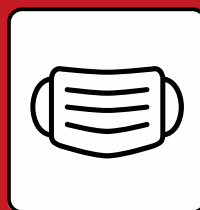
Spotykać się z jak najmniejszą liczbą osób.



Zachować dystans od innych osób.



Nosić maseczkę, jeśli nie można zachować dystansu.



Obowiązek noszenia maseczek w miejscach publicznych, publicznych środkach transportu i w miejscu pracy



Jeżeli to możliwe, obowiązek pracy z domu.



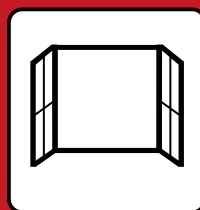
Dokładnie myć ręce.



Kaszeleć i kichać w chusteczkę higieniczną lub zgięcie łokcia.



Unikać podawania ręki.



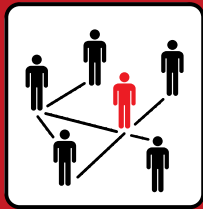
Wietrzyć pomieszczenia kilka razy dziennie.



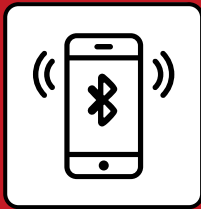
Imprezy:  
Publiczne: zabronione  
Prywatne: maks. 10 osób  
Zgromadzenia publiczne: maks. 15 osób



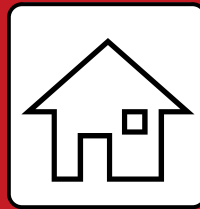
W razie wystąpienia objawów natychmiast wykonać test i pozostać w domu.



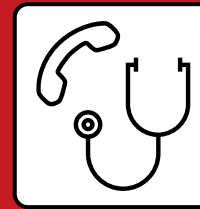
Zawsze podawać kompletne dane kontaktowe w celu zapewnienia identyfikowalności.



Aby zatrzymać łańcuchy infekcji: pobrać i aktywować aplikację Swiss Covid



Pozytywny wynik tekstu: izolacja. W przypadku kontaktu z osobą zbadaną z wynikiem pozytywnym: kwarantanna.



Wizyta w przychodni lub na SOR wyłącznie po zgłoszeniu telefonicznym.

[www.foph-coronavirus.ch](http://www.foph-coronavirus.ch)

Zasady mogą się różnić w zależności od kantonu



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Gesundheit BAG  
Office fédéral de la santé publique OFSP  
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP  
Federal Office of Public Health FOPH

Swiss Confederation

Polnisch / polonais / polacco / polski