

Informacje Głównego Inspektora Sanitarnego (GIS) dla seniora



**WAŻNE INFORMACJE
GŁÓWNEGO INSPEKTORA SANITARNEGO (GIS)
DLA SENIORÓW**



Często myj ręce
Ważny pamięć o częstym myciu rąk wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami do dezynfekacji na bazie alkoholu (min. 60%). Strzeż się również przeniesienia wirusa z zanieczyszczonych powierzchni na rękach.



Unikaj dotykania oczu, nosa i ust
Rękami dotykając oczu, nosa lub ust, przenoszą wirusy. Dotykając oczu, nosa lub ust, zanieczyszczonymi rękami, może spowodować przeniesienie się wirusa z powierzchni na skórze.



Regularnie myj lub dezynfekuj powierzchnie dotykane
Powierzchnie dotykane w tym: klamki, kaski i drzwi, klamki, włączniki światła, poręcze muszą być regularnie przetwarzane z użyciem wody i detergentu lub środka dezynfekującego. Wszędzie tam, gdzie często korzystają domownicy, powinny być starannie dezynfekowane.



Regularnie dezynfekuj swój telefon i nie korzystaj z niego podczas spożywania posiłków
Na powierzchni telefonów komórkowych bardzo łatwo gromadzą się chorobotwórcze drobnoustroje. Regularnie dezynfekuj swój telefon komórkowy (np.: włókniną chusteczkami nasączonymi środkiem dezynfekującym). Nie kładź telefonu na stole i nie korzystaj z niego podczas spożywania posiłków.



Zachowaj bezpieczną odległość od rozmówcy
Należy zachować co najmniej 1-1,5 metr odległości z osobą, która kaszle, kicha lub ma głośniejszą.