

Znížte riziko nakazenia sa infekciou **koronavírusu**:



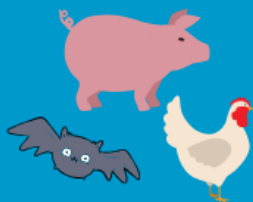
Umývajte si ruky mydlom a vodou alebo prostriedkom na báze alkoholu

Pri kašľaní a kýchaní si pokrývajte nos a ústa vreckovkou alebo ohnutým laktom



Vyhňte sa kontaktu s osobou s príznakmi nachladnutia alebo chrípky

Dôkladne prevarte mäso a vajcia



Vyhňte sa kontaktu s divo žijúcimi alebo farmárskymi zvieratami



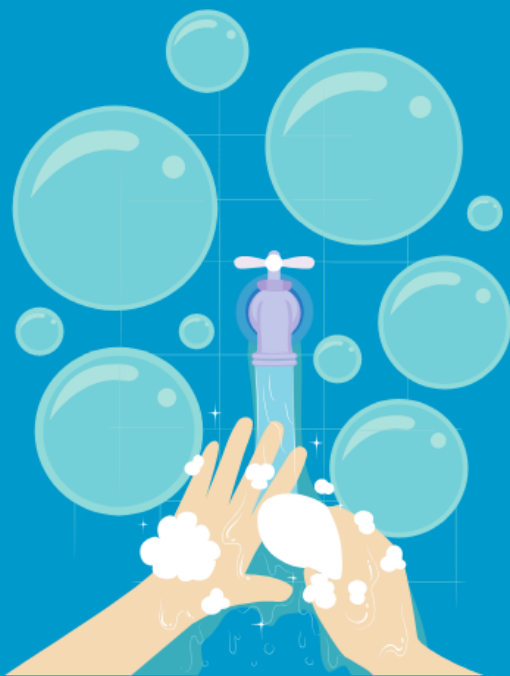
ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ



REGIONS FOR HEALTH
NETWORK

Chráňte seba i druhých pred nákazou

Umývajte si ruky



- po kašlaní a kýchaní
- keď sa staráte o chorého
- pred, počas a po príprave jedla
- pred jedlom
- po použití toalety
- v prípade viditeľného znečistenia rúk
- po manipulácii so zvieratami alebo živočíšnym odpadom



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ



REGIONS FOR HEALTH
NETWORK

Umývajte si ruky

Umyte si ruky mydlom a tečúcou vodou v prípade **viditeľného znečistenia rúk**



Ak vaše **ruky nie sú viditeľne znečistené**, umyte si ich mydlom a vodou alebo použite prostriedok na čistenie rúk na báze alkoholu



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ



REGIONS FOR HEALTH
NETWORK

Chráňte druhých pred nákazou

Pri kašľaní a kýchaní si prekrývajte nos a ústa vreckovkou alebo ohnutým laktom



Po použití vyhodte vreckovku do uzatvárateľnej smetnej nádoby

Umyte si ruky po kašľaní a kýchaní a pri starostlivosti o chorých



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ



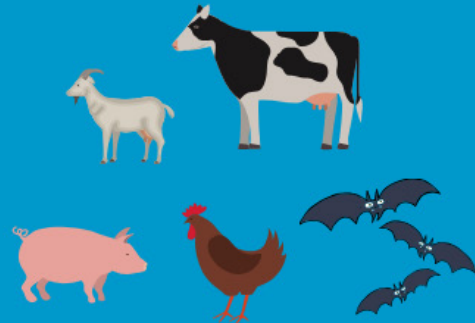
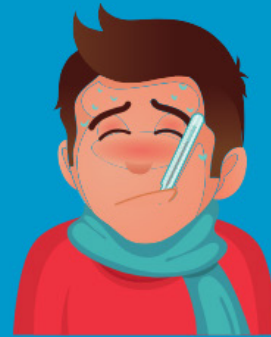
REGIONS FOR HEALTH
NETWORK

Chráňte sa pred ochorením

**Vyhnite sa nechránenému
kontaktu s chorými**

**ľuďmi (vrátane dotýkania
sa ich očí, nosa a úst)**

**a so živými farmárskymi
alebo divo žijúcimi
zvieratami**



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNY
KRAJ



REGIONS FOR HEALTH
NETWORK

Uplatnite zásady bezpečného stravovania

Používajte **odlišné dosky na krájanie a nože** pre surové mäso a tepelne upravené potraviny



Umyte si ruky medzi manipuláciou so surovými a tepelne upravenými potravinami



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ



REGIONS FOR HEALTH
NETWORK

Uplatnite zásady bezpečného stravovania

Choré zvieratá alebo
zvieratá, ktoré
uhynuli v dôsledku
choroby by sa
nemali
konzumovať



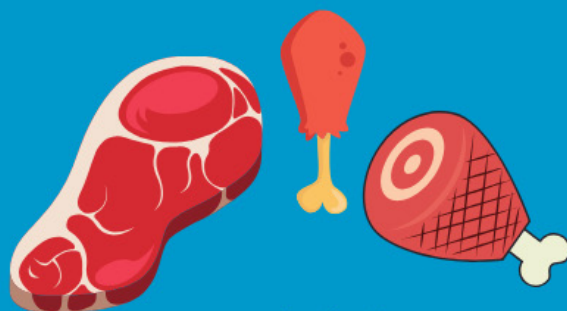
ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNY
KRAJ



REGIONS FOR HEALTH
NETWORK

Uplatnite zásady bezpečného stravovania

Aj v oblastiach, kde prepukla nákaza, je možné bezpečne konzumovať mäsové produkty, pokiaľ boli dôkladne tepelne spracované a správne sa nimi manipulovalo počas prípravy



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ

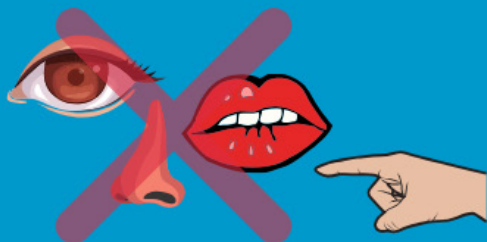


REGIONS FOR HEALTH
NETWORK

Nakupujete na trhovisku?

Chráňte si zdravie

Umyte si ruky mydlom a vodou po kontakte so zvieratami a živočíšnymi produktmi



Nedotýkajte sa očí, nosa a úst

Vyhňte sa kontaktu s chorými zvieratami a pokazeným mäsom



Vyhňte sa kontaktu s túlavými zvieratami, odpadom a tekutinami na trhovisku



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ



REGIONS FOR HEALTH
NETWORK

Pracujete na trhovisku?

Chráňte si zdravie



Často si **umývajte ruky** mydlom
a vodou po kontakte so zvieratami
a živočíšnymi produktmi

Dezinfikujte vybavenie
a pracovnú plochu najmenej
raz denne



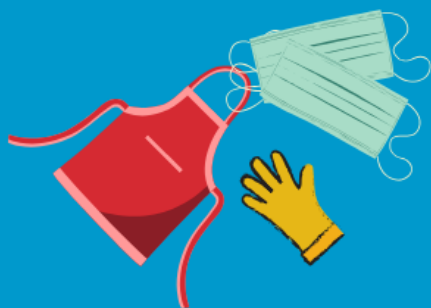
ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ



REGIONS FOR HEALTH
NETWORK

Pracujete na trhovisku?

Chráňte si zdravie



Noste ochranný plášť, rukavice a masku na tvár, keď manipulujete so zvieratami alebo živočíšnymi produktmi

Po práci zložte ochranný odev, každý deň ho operte a ponechajte na pracovisku



Zabráňte kontaktu rodinných príslušníkov so znečisteným pracovným odevom a topánkami



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ



REGIONS FOR HEALTH
NETWORK