

# VYHNITE SA OCHORENIU COVID-19



## PREČO NOSIŤ RÚŠKA?

Prekrytie horných dýchacích ciest významne znižuje riziko prenosu ochorenia. Je prejavom ohľaduplnosti voči ostatným – nikdy nevieme, či človek vedľa nás nemá vážne ochorenie a nákaza novým koronavírusom môže byť pre neho smrteľná. Rúško (pokiaľ nie je jednorazové) pravidelne perte, alebo vyvárajte v horúcej vode.



## DOPRAVA

V hromadnej doprave používajte prekrytie horných dýchacích ciest. Po vystúpení z dopravného prostriedku si umyte, alebo dezinfikujte ruky, ak je to možné. Noste so sebou malé balenie dezinfekcie.



## NÁKUPNÉ CENTRÁ A VEREJNÉ BUDOVY

Vždy používajte prekrytie horných dýchacích ciest. Dobu pobytu v takýchto priestoroch obmedzte na nevyhnutné minimum, pri vstupe a odchode si dezinfikujte ruky. Vyhýbajte sa pobytu v baroch a na diskotékach.



## ČO ROBIŤ V PRÍPADE PREJAVU PRÍZNAKOV OCHORENIA?

Kontaktujte svojho všeobecného lekára (telefonicky), v prípade víkendu, ambulanciu pohotovostnej služby. Zostaňte v domácej karanténe, noste rúško, vetrajte priestory, v ktorých sa zdržujete.



## ČO ROBIŤ PO NÁVRATE ZO ZAHRANIČIA?

Ak prichádzate z menej rizikovej krajiny, nie sú potrebné žiadne opatrenia. Zoznam takýchto krajín je priebežne aktualizovaný na stránke ministerstva zahraničných vecí ([www.mzv.sk](http://www.mzv.sk)). Ak prichádzate z ostatných krajín, zaregistrujte sa na stránke [www.korona.gov.sk](http://www.korona.gov.sk), zostaňte v domácej karanténe a na piaty deň absolvujte testovanie. O test môžete požiadať rovnako cez stránku [www.korona.gov.sk](http://www.korona.gov.sk), alebo kontaktujte príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva.



## ČO ROBIŤ V PRÍPADE KONTAKTU S OSOBOU POZITÍVNE TESTOVANOU NA OCHORENIE COVID-19?

Zostaňte v domácej karanténe a kontaktujte príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva.



## R - O - R

Dodržiňte zásadu Rúško – Odstup – Ruky, správajte sa zodpovedne, dodržiujte pravidlá a nariadenia, ktoré platia vo verejných budovách, zariadeniach sociálnych služieb, školách a pod.

Pre viac informácií volajte na :

02 / 32 35 30 30, zo zahraničia +421 222 113 333



**BANSKOBYSŤRICKÝ  
SAMOSPRAVNÝ KRAJ**