

Pandemic (H1N1) 2009

Jak chránit sebe a ostatní



Zakryjte si nos a ústa
papírovým kapesníkem,
když kašlete a kýcháte



Odhodte kapesník
ihned po použití
do odpadkového koše



Pravidelně si
myjte ruce
mýdlem a vodou



Jestliže máte
chřipkové příznaky,
kontaktujte ihned svého
lékaře



Jestliže máte chřipkové příznaky,
udržujte od ostatních lidí
vzdálenost nejméně 1 m



Jestliže máte chřipkové příznaky,
zůstaňte doma, nechoďte
do práce, do školy a na místa
s větším počtem lidí



Při zdravení se vyhněte
objímání, líbání a podávání rukou



Nedotýkejte se
neumytýma rukama očí a úst