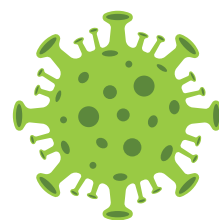




Čo už viem?



pandémia



koronavírus



lockdown



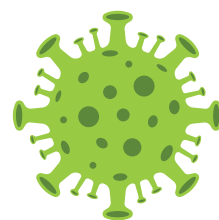
Pracovník WHO* radí:

Koronavírus spôsobil pandémiu, proti ktorej bojuje celý svet. Najúčinnnejšie opatrenie proti koronavírusu je lockdown, ostaňte doma.

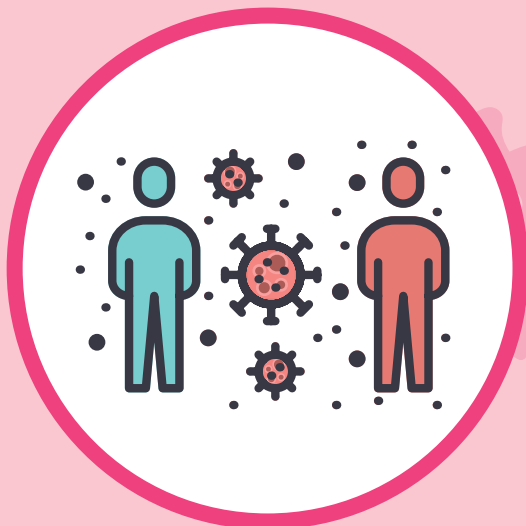
*WHO - World Health Organization (Svetová zdravotnícka organizácia)



Čo už viem?



koronavírus postihuje
dýchacie cesty



prenáša sa
z človeka na človeka



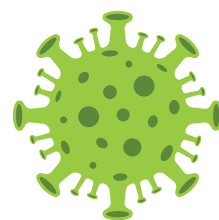
umývajte si ruky mydlom

Vedec radí:

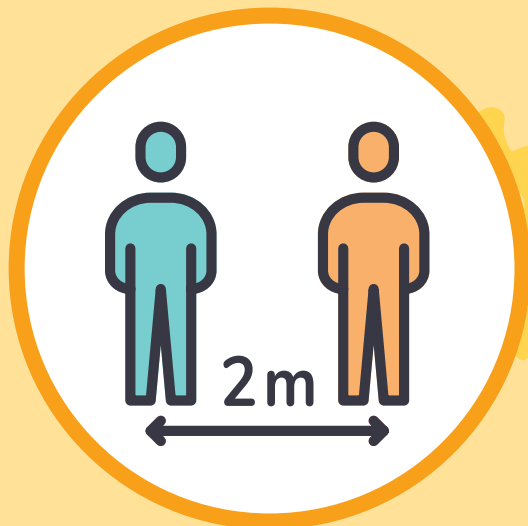
Koronavírus sa prenáša vzduchom. Šíreniu koronavírusu zabránime tak, že si budeme chrániť dýchacie cesty a ruky si budeme dôkladne umývať mydlom.



Čo už viem?



rúško



odstup



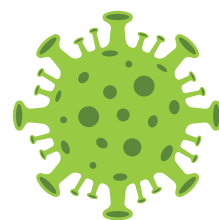
dezinfekcia

Epidemiologička radí:

Pre správanie počas pandémie koronavírusu platia pravidlá: nosme rúško na ústach a na nose, dodržiavajme odstup aspoň dva metre a ruky si dezinfikujme.



Čo už viem?



kašeľ



horúčka



bolesť hrdla

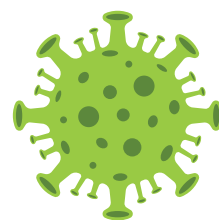


Lekár radí:

Ochorenie covid-19, ktoré spôsobuje koronavírus, sa prejavuje ako chrípka. Človek kýcha, kašeľ, má horúčku, má bolesti hrdla a bolesť hlavy.



Čo už viem?



ovocie a zelenina



vitamíny



cvičenie

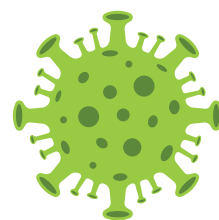


Dospelý radí:

Proti vírusom nám pomáha posilňovanie imunity. Imunitu si posilníme jedením vitamínov v ovocí a v zelenine, cvičením a otužovaním.



Čo už viem?



pomoc starým rodičom



so starými rodičmi
sa rozprávame na diaľku



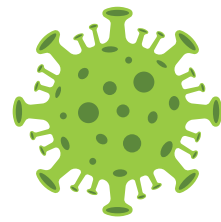
očkovanie

Starý rodič radí:

Sme radi, že nám s nákupmi pomôžu naše deti a dobrí ľudia. S blízkymi sa môžeme počas pandémie rozprávať aj na diaľku. Tešíme sa na očkovanie, ktoré nám dovolí stretnúť sa s našimi rodinami a vnúčatkami.



Čo už viem?

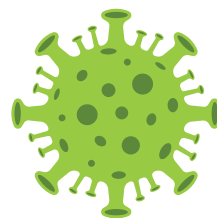


Ako si správne umývať ruky:





Čo už viem?



Pravidlá na dodržiavanie v čase koronavírusu:

-  Zostávame doma – chránime seba aj druhých.
-  Umývame si ruky mydlom.
-  Nosíme rúška, dodržiavame odstup, dezinfikujeme si ruky.
-  Veci a hračky dezinfikujeme dezinfekčnými prostriedkami.
-  Pri kýchaní a kašľaní používame papierové vreckovky.
-  Ak máme príznaky chrípky, ostaneme doma a liečime sa.
-  Jeme ovocie a zeleninu plnú vitamínov.
-  Izby často vetráme a otužujeme sa.
-  Pomôžeme starším ľuďom, ktorí ostávajú doma a potrebujú našu pomoc.
-  Proti ochoreniu covid-19 sa môžeme očkovať.