



Nieuwe coronavirus covid-19



Rijksoverheid

Nowy koronawirus (COVID-19) w Holandii

Co należy zrobić?

Het nieuwe coronavirus (COVID-19) in Nederland. Wat moet je doen?



Czy nie masz żadnych objawów?

Heb je geen klachten?



Unikanie dużych skupisk ludzkich (ponad 100 osób)

Vermijd grote groepen >100 personen



W miarę możliwości praca z domu

Werk thuis als het kan



Czy masz objawy przeziębienia, nawet łagodne?

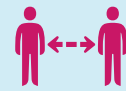
Czy masz objawy przeziębienia, nawet łagodne? Kichanie, ból gardła, katar, lekki kaszel lub gorączka do 38° Celsjusza. W takim przypadku należy zastosować poniższe dodatkowe środki ostrożności.

Heb je (milde) verkoudheidsklachten? Niezen, keelpijn, loopneus, licht hoesten, of een verhoging tot 38 graden. Dan gelden de volgende extra maatregelen:



Zostań w domu

Blijf thuis



Ogranicz kontakty społeczne

Beperk (sociale) contacten

Pamiętaj!

Vergeet niet:



Myj ręce

Was je handen regelmatig



Kaszełć i kichać należy w wewnętrzną stronę zgięcia łokciowego

Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog



Nie należy podawać rąk innym osobom

Schud geen handen



Korzystaj z chusteczek higienicznych

Gebruik papieren zakdoekjes

W celu uzyskania dodatkowych informacji:

www.rijksoverheid.nl/coronavirus

0800-1351

Krajowy Instytut Zdrowia Publicznego i Ochrony Środowiska (RIVM) doradza rządowi holenderskiemu w zakresie zwalczania nowego koronawirusa

Het RIVM adviseert de overheid bij de bestrijding van het nieuwe coronavirus.

Meer informatie en een Nederlandstalige versie zijn te vinden op www.rijksoverheid.nl/coronavirus

Voor meer informatie: www.rijksoverheid.nl/coronavirus of bel naar 0800-1351