

KORONAWIRUS

#StayTheFuckHome

W tym trudnym czasie, kiedy panuje koronawirus przede wszystkim sami musimy pamiętać o bezpieczeństwie.

Pomoże ściąga z staythefuckhome.com

by @pieing

01



Nie panikuj, ale bądź czujny - sprawdzaj informacje z wiarygodnych źródeł.

02



Często myj ręce i pamiętaj by kasłać i kichać w chusteczkę lub zgięcie łokciowe.

03



Staraj się jak najmniej dotykać twarzy, w tym ust, nosa i oczu.

04



Zachowuj dystans od ludzi, witaj się bez uścisków i pocałunków, bez uścisków dłoni, bez przybijania piątek.

05



Nie bierz udziału w koncertach, przedstawieniach, meczach ani innych imprezach masowych.

06



Powstrzymaj się od odwiedzania muzeów, wystaw, kin, klubów nocnych i innych miejsc rozrywki.

07



Unikaj spotkań towarzyskich i wydarzeń, takich jak spotkania klubowe, nabożeństwa i prywatne imprezy.

08



Zmniejsz ilość podróży do minimum. Nie podróżuj na duże odległości, jeśli nie jest to absolutnie konieczne.

09



Nie korzystaj z transportu publicznego, jeśli nie jest to absolutnie konieczne.

10



Jeśli możesz pracować z domu, rób to. Zachęcaj swojego pracodawcę, aby zezwolił na pracę zdalną.

11



Zastąp jak najwięcej interakcji społecznych zdalnymi odpowiednikami: zamiast spotkań zrób telekonferencje.

12



Nie wychodź z domu, jeśli nie jest to absolutnie konieczne.