

Aktuální informace - COVID 19

V případě nakažení volte následující postup:

1. váš praktický lékař,
2. linky Státního zdravotního ústavu 724 810 106 a 725 191 367
3. krajská hygienická stanice JM K 773 768 994
4. nově vytvořená linka 1212 (až pak 112)

Apelujte i na své okolí, ať dodržuje následující body.

- Zůstaňte co nejvíce doma, pokud je to možné. A určitě, pokud se necítíte jakkoliv dobře.
- Dodržujte co nejmenší kontakt mezi lidmi. Neposílejte ani děti vzájemně na návštěvu ke kamarádům, pokud to není naprosto nutné.
- Vyhýbejte se zjevně nemocným a místům s více lidmi.
- Pokud vyjdete ven, tak se s nikým nebavte na vzdálenost kratší než 1 metr, raději i více.
- Nákupy dělejte jen nejnnutnější, držte v obchodě rozestupy mezi lidmi, co to jde. Po nákupu si pořádně umyjte ruce.
- Nakupujte co nejvíce na internetu. Požádejte o pomoc ty, kteří to umí.
- Pokud nejste zdraví, pošlete na nákup někoho jiného.
- Omezte jízdu hromadnou dopravou, cestování.
- Dodržujte hygienická opatření – kašlat a kýchat do kapesníků nebo alespoň do rukávu. Nikdy do dlaní, které podáváme na pozdrav a bereme do nich společné věci. Hygiena a ochrana mají nyní přednost před zdvořilostí. Ruce si raději nepodávejte, zato si je mnohokrát denně důkladně umývejte a dezinfikujte.