

Maradj egészséges utazás alatt!



MAGYAR VÖRÖSKERESZT



IFRC



Tartózkodj az utazástól ha
köhögysz vagy lázas vagy!



Ha köhögysz, lázad vagy légzési
nehézségeid vannak, minél előbb **kérj**
orvosi segítséget!



Oszd meg utazási előzményeidet a
kezelőorvosoddal!

Maradj egészséges utazás alatt!



MAGYAR VÖRÖSKERESZT



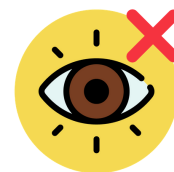
Kerüld a közvetlen kapcsolatot
azokkal, akiknek lázuk van, vagy
gyakran köhögnek!



Tisztíts kezet minél gyakrabban
alkoholos kézfertőtlenítővel!



Kerüld az alábbiak
érintését:
szemek, orr és száj



Maradj egészséges utazás alatt!



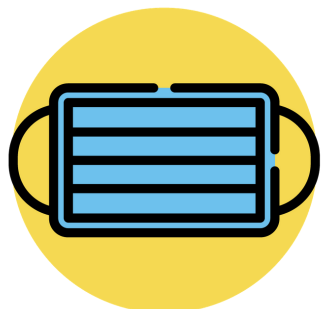
MAGYAR VÖRÖSKERESZT



IFRC



Köhögés vagy tüsszentés közben **takard el az orrod és a szád** a karoddal, vagy zsebkendővel - rögtön dobd ki a zsebkendőt és moss kezet!



Ha maszkot viselsz, ügyelj arra, hogy fedje az orrod és a szád. Felvétel után ne érh a maszkhoz!



Az egyszer használatos maszkot használat után közvetlenül dobd zárható hulladékgyűjtőbe, és mindig moss kezet a levétele után!



Maradj egészséges utazás alatt!



MAGYAR VÖRÖSKERESZT



Ha megbetegszel utazás közben,
értesítsd a személyzetet és minél
előbb kérj orvosi segítséget



Ha kapcsolatba lépsz az
egészségüggyel, oszd meg utazási
előzményeidet a kezelőorvosoddal!

Maradj egészséges utazás alatt!



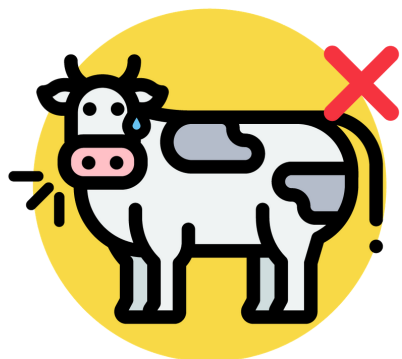
MAGYAR VÖRÖSKERESZT



Csak **alaposan hőkezelt** élelmiszert
fogyassz!



Kerüld a köpködést
nyilvános helyeken!



Utazás közben kerüld a közvetlen
kapcsolatot beteg állatokkal!