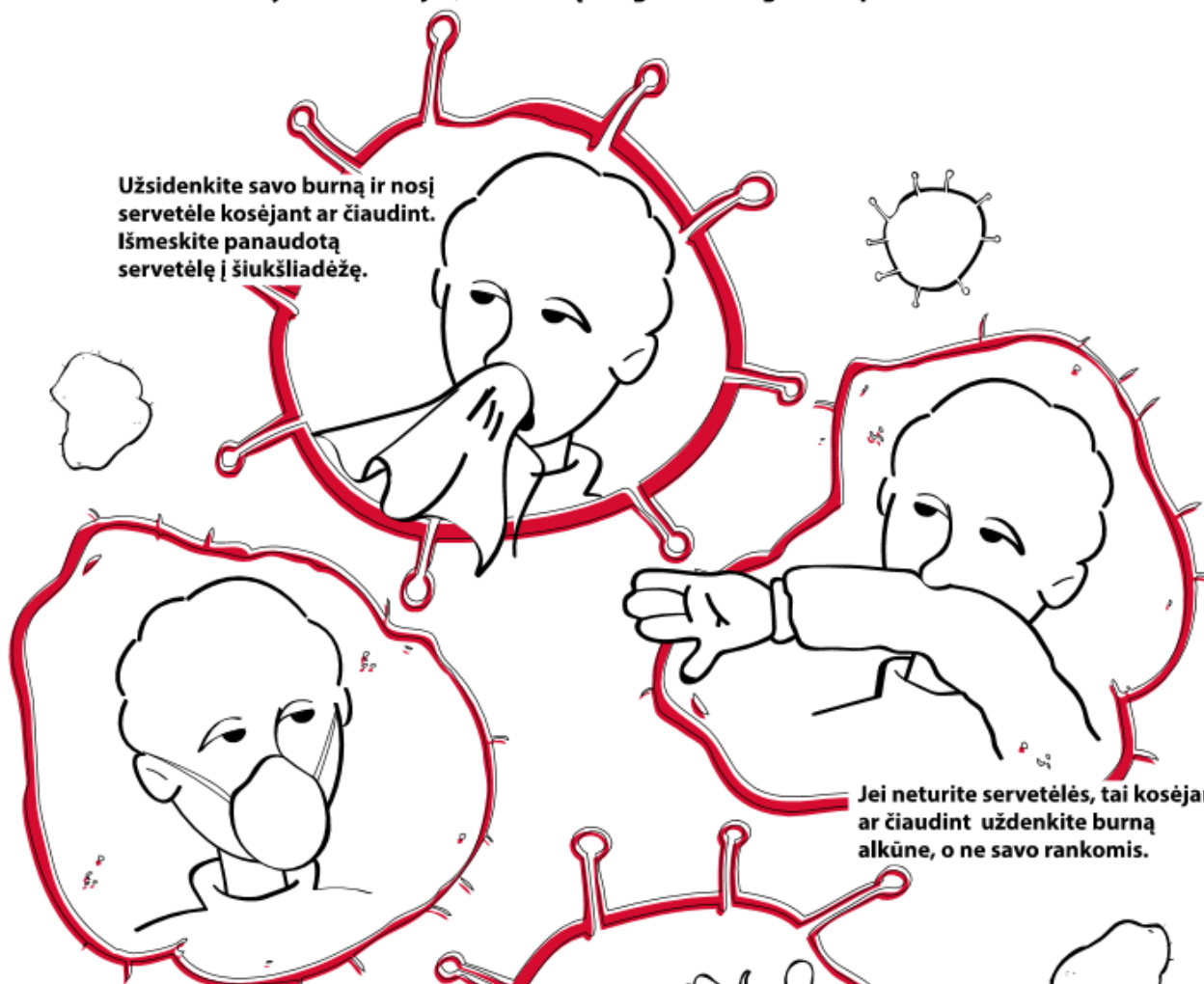


# Uždenk savo kosulį

Sustabdykite bakterijas, nuo kurių Jūs galite susirgti arba perduoti kitiems

Užsidenkite savo burną ir nosį servetėle kosėjant ar čiaudint. Išmeskite panaudotą servetėlę į šiukšliadėžę.



Jei neturite servetėlės, tai kosėjant ar čiaudint uždenkite burną alkūne, o ne savo rankomis.

Užsidėkite kaukę, kad apsaugotumėte kitus.

Dažnai plaukite rankas su muilu ir šiltu vandeniu apie 20 sekundžių. Jei muilo ir vandens nėra, naudokite alkoholinių servetėlių rankų higienai.