

Mit tegyen?

- **Tartsa be a korlátozó intézkedéseket!** Csak rendkívül indokolt esetben mozduljon ki otthonról. Kerülje a másokkal való, 2 méternél közelebbi találkozást.

- **Tartsa be a személyes higiéniai előírásokat:** alaposan, sűrűn mosson kezet, ne piszkálja az arcát, szemét, orrát! Ha köhög, vagy tüsszent használjon papírzsebkendőt, amelyet utána a szemetesbe dobjon ki!

- **Ne legyen önző, ne csak saját magára gondoljon!** Tanúsítson higgadt, megfontolt viselkedést, önmérsékletet!

- **Tájékozódjon folyamatosan és csak hiteles forrásokból.** Ne higgyen a közösségi oldalakon megjelenő pánikkeltésre, megtévesztésre alkalmas híreknek! Mielőtt ezeket Ön is megosztja, nézzen utána, hogy megbízható forrásból származik-e, ne terjessze a rémhíreket, a valótlan állításokat! Hiteles forrásokat használjon, és tájékozódjon!