

# Czy mogę już wyjść z placówki?

30 maja i 6 czerwca rząd znosi kolejne ograniczenia związane z koronawirusem

## TO NIE OZNACZA KOŃCA EPIDEMII!

Dzienna liczba zakażeń nadal jest stosunkowo wysoka. Osoby bezdomne nadal są w grupie wysokiego ryzyka. Nadal istnieje wysokie ryzyko powstania ogniska epidemii w schronisku czy noclegowni.

**ZNIESIENIE NAKAZU NOSZENIA MASECZEK NA ZEWNĄTRZ  
(W POMIESZCZENIACH, NP. W SKLEPACH, NADAL NALEŻY JE NOSIĆ!)  
NIE OZNACZA ZNIESIENIA OGRANICZEŃ W OPUSZCZANIU PLACÓWEK**

## JEŚLI NIE MUSISZ – NIE WYCHODŹ

### Pamiętaj:

**Koronawirus** jest wysoce zaraźliwy i przenosi się drogą kropelkową.

Oznacza to że **możesz się zarazić (lub samemu zarazić innych) przez:**

- przebywanie blisko osoby zarażonej (poniżej 2 metrów)
- wydzieliny ciała (w szczególności śliny i śluz podczas kichania lub kaszlenia)
- dotknięcie własnych ust, nosa lub oka ręką, którą wcześniej dotykałeś/aś osoby zarażonej lub dotkniętych przez nią przedmiotów
- palenie po kimś papierosa
- picie z butelki/szklanki, z której ktoś wcześniej pił
- jedzenie żywności, która wcześniej miała kontakt z ustami innej osoby
- używanie po kimś nieumytych naczyń i sztućców

### Jak chronić siebie i innych?

- jak najczęściej myj ręce wodą z mydłem
- nie dotykaj własnych ust, nosa i oczu
- noś maseczkę w zamkniętych pomieszczeniach (np. w sklepie), a także w placówce, w której mieszkasz podczas kontaktów z innymi osobami (np. rozmowy z opiekunem lub psychologiem)
- nie zasłaniaj ust i nosa dłonią kiedy kichasz i kaszlesz – zamiast tego zasłaniaj się zgięciem łokcia lub chusteczką jednorazową
- zachowuj bezpieczną odległość od innych osób (co najmniej 2 metry)
- nie używaj papierosów, żywności i napojów po innych osobach
- ogranicz wychodzenie z placówki i przemieszczanie się po mieście do niezbędnego minimum
- unikaj dużych skupisk ludzi
- unikaj komunikacji publicznej
- informuj innych o środkach ostrożności

**Od Twojej rozwagi zależy bezpieczeństwo Twoje i osób wokół Ciebie!**



Materiał opracowany przez  
Ogólnopolską Federację na rzecz Rozwiązywania Problemu Bezdomności  
na podstawie informacji Ministerstwa Zdrowia

Więcej informacji: [www.gov.pl/koronawirus/](http://www.gov.pl/koronawirus/)