

JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO WYMAZU?

NA MINIMUM 2 GODZINY PRZED POBRANIEM WYMAZU:



NIE PIJ I NIE JEDZ



NIE MYJ ZĘBÓW I NIE
PŁUCZ JAMY USTNEJ
I NOSA



NIE PRZYJMUJ
LEKÓW



NIE ŻUJ GUMY, NIE
SSIJ PASTYLEK



NIE WYDMUCHUJ
NOSA PRZED
WYMAZEM



NIE PAL
PAPIEROSÓW



ZABIERZ DOKUMENT ZE
ZDJĘCIEM I NUMEREM
PESEL



NOŚ MASECZKĘ
ZACHOWAJ DYSTANS



UNIKAJ ŚRODKÓW
TRANSPORTU
ZBIOROWEGO



WYMAZ U DZIECKA
ZABIERZ DOKUMENT ZE ZDJĘCIEM I NUMEREM PESEL LUB
KSIĄŻECZKĘ ZDROWIA