

UŽDENK SAVO KOSULĮ

Sustabdyk virusus, nuo kurių gali susirgti arba kuriuos gali perduoti kitiems

COVER YOUR COUGH

Stop the virus that you can catch yourself or transmit to others



Kosėdamas ar čiaudėdamas užsidenk burną ir nosį servetėle. Panaudotą servetėlę išmesk į šiukšliadėžę.

Follow the sneezing etiquette by sneezing to a paper napkin. Dispose of the used napkin.



Jeį neturi servetėlės, kosėdamas ar čiaudėdamas užsidenk burną alkūne, o ne rankomis.

If you don't have a napkin – sneeze or cough to your elbow's inner side.



Užsidėk kaukę, kad apsaugotum kitus.

Cover your mouth and nose with a mask to protect others.



Dažnai plauk rankas muilu ir šiltu vandeniu apie 20 sekundžių. Jei muilo ir vandens nėra, rankų higienai naudok spiritines servetėles.

Wash your hands often with warm water and soap for at least 20 seconds. If there is no soap or water, use alcohol wipes for the hygiene.



Vilniaus
universitetas



www.ulac.lt