



Wearing a face covering Noszenie osłony twarzy

- Anyone travelling by bus, train, ferry or plane in England should now wear a face covering to help reduce the risk of coronavirus transmission.
Wszyscy podróżujący autobusem, pociągami, promem lub samolotem w Anglii powinni obecnie nosić osłonę twarzy, aby zmniejszyć ryzyko przenoszenia koronawirusa.
- You should also wear a face covering in shops and other enclosed spaces where it is not possible to stay two metres apart from other people.
Należy również nosić osłonę twarzy w sklepach i w innych zamkniętych przestrzeniach, gdzie nie ma możliwości zachowania dwumetrowej odległości od innych osób.
- Some passengers will be exempt from these rules including:
Niektórzy pasażerowie są zwolnieni z przestrzegania tych zasad, w tym:
- Children under 11
Dzieci w wieku poniżej 11 lat
- People with disabilities
Osoby niepełnosprawne
- Those with breathing difficulties
Osoby mające trudności w oddychaniu
- Anyone travelling with someone who relies on lip reading
Opiekunowie osób czytających z ruchu ust
- If it is "reasonably necessary" for you to eat or drink you can remove the face covering to do so.
Osłonę twarzy można również zdjąć z powodu „uzasadnionej konieczności” jedzenia lub picia.
- People could be refused travel if they don't follow the rules. They could also be fined, but this will be the last resort.
Osoby nieprzestrzegające powyższych zasad mogą zostać niedopuszczone do odbycia podróży. W ostateczności mogą również zostać ukarane grzywną.

How to put on a face covering Zakładanie osłony twarzy

- A cloth face covering should cover your mouth and nose while allowing you to breathe comfortably.
Wykonana z materiału osłona twarzy powinna zakrywać usta i nos, umożliwiając jednocześnie swobodne oddychanie.
- It can be as simple as a scarf or bandana that ties behind the head.
Może to być zwykły szalik lub chusteczka zawiązana wokół głowy.
- Wash your hands or use hand sanitiser before putting it on and after taking it off.
Przed założeniem i po zdjęciu osłony twarzy należy umyć ręce lub zdezynfekować je.
- Avoid touching your eyes, nose, or mouth at all times.
Nie należy dotykać oczu, nosa ani ust.
- Store used face coverings in a plastic bag until you have an opportunity to wash or dispose of them.
Użytą osłonę twarzy należy przechowywać w woreczku z tworzywa sztucznego, dopóki nie będzie można jej wyprać lub wyrzucić.
- You should wash a face covering regularly.
Osłonę twarzy należy regularnie prać.
- Do not touch the front of the face covering, or the part of the face covering that has been in contact with your mouth and nose.
Nie wolno dotykać zewnętrznej strony osłony twarzy ani jej obszarów zakrywających usta i nos.
- Once removed, make sure you clean any surfaces the face covering has touched.
Po zdjęciu osłony twarzy należy umyć wszystkie powierzchnie, z którymi się stykała.
- For more information, please visit www.gov.uk
Aby uzyskać więcej informacji, należy odwiedzić www.gov.uk