

<b>Wearing a face covering</b>
<b>Noszenie osłony twarzy</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anyone travelling by bus, train, ferry or plane in England should now wear a face covering to help reduce the risk of coronavirus transmission.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wszyscy podróżujący autobusem, pociągami, promem lub samolotem w Anglii powinni obecnie nosić osłonę twarzy, aby zmniejszyć ryzyko przenoszenia koronawirusa.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Należy również nosić osłonę twarzy w sklepach i w innych zamkniętych przestrzeniach, gdzie nie ma możliwości zachowania dwumetrowej odległości od innych osób.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Some passengers will be exempt from these rules including:</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Niektórzy pasażerowie są zwolnieni z przestrzegania tych zasad, w tym:</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Children under 11</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dzieci w wieku poniżej 11 lat</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• People with disabilities</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Osoby niepełnosprawne</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Those with breathing difficulties</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Osoby mające trudności w oddychaniu</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anyone travelling with someone who relies on lip reading</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opiekunowie osób czytających z ruchu ust</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• If it is "reasonably necessary" for you to eat or drink you can remove the face covering to do so.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Osłonę twarzy można również zdjąć z powodu „uzasadnionej konieczności” jedzenia lub picia.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• People could be refused travel if they don't follow the rules. They could also be fined, but this will be the last resort.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Osoby nieprzestrzegające powyższych zasad mogą zostać niedopuszczone do odbycia podróży. W ostateczności mogą również zostać ukarane grzywną.</li> </ul>
<b>How to put on a face covering</b>
<b>Zakładanie osłony twarzy</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• A cloth face covering should cover your mouth and nose while allowing you to breathe comfortably.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykonana z materiału osłona twarzy powinna zakrywać usta i nos, umożliwiając jednocześnie swobodne oddychanie.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• It can be as simple as a scarf or bandana that ties behind the head.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Może to być zwykły szalik lub chusteczka zawiązana wokół głowy.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wash your hands or use hand sanitiser before putting it on and after taking it off.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Przed założeniem i po zdjęciu osłony twarzy należy umyć ręce lub zdezynfekować je.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avoid touching your eyes, nose, or mouth at all times.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nie należy dotykać oczu, nosa ani ust.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Store used face coverings in a plastic bag until you have an opportunity to wash or dispose of them.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Użytą osłonę twarzy należy przechowywać w woreczku z tworzywa sztucznego, dopóki nie będzie można jej wyprać lub wyrzucić.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• You should wash a face covering regularly.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Osłonę twarzy należy regularnie prać.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.</li> </ul>

- |   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Nie wolno dotykać zewnętrznej strony osłony twarzy ani jej obszarów zakrywających usta i nos.</li></ul> |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Once removed, make sure you clean any surfaces the face covering has touched.</li></ul>                 |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Po zdjęciu osłony twarzy należy umyć wszystkie powierzchnie, z którymi się stykała.</li></ul>           |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• For more information, please visit <a href="http://www.gov.uk">www.gov.uk</a></li></ul>                 |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Aby uzyskać więcej informacji, należy odwiedzić <a href="http://www.gov.uk">www.gov.uk</a></li></ul>    |