

Pieni tai suuri välimatka vai kokonaan erossa?

Pitämällä välimatkaa toisiimme
jarrutamme koronan
(covid-19) etenemistä

Ohjeita sinulle, joka olet ollut
lähikontaktissa tartunnan
saaneeseen tai matkoilla ja joudut
KARANTEENIIN

- Älä mene kouluun tai töihin.
- Älä ota julkisia kulkuneuvoja.
- Vältä vierailuja.
- Voit mennä kävelylenkille, mutta pidä 2 metrin etäisyys muihin.
- Pyydä muita tekemään ostokset puolestasi. Jos tämä ei ole mahdollista, voit suorittaa aivan välttämättömät asiointit käyttämällä kasvomaskia ja pitämällä välimatkat muihin ihmisiin.
- Pidä hyvä etäisyys kaikkiin aikuisiin ja vanhempiin lapsiin omassa taloudessasi.
- He joiden kanssa asut eivät ole tavallisesti karanteenissa.
- Testaa itsesi heti ja 7 vuorokauden jälkeen.
- Sinun on eristäydyttävä ja sinut on testattava, jos saat oireita hengitystieinfektiosta.
- Positiivisen testituloksen jälkeen sinun on mentävä kotiin ja eristäydyttävä muista.

Ohjeita koko väestölle

- Säilytä hyvä käsi- ja yskimishygienia.
- Sinä ja läheisesi voitte elää normaalisti yhdessä.
- Säilytä hyvä etäisyys kaikkiin muihin paitsi läheisimpiisi, vähintään 1 metrin etäisyys.
- Pysy kotona, ja sinut on testattava, jos saat covid-19-oireita.

Ohjeita sinulle jolla on
todettu tai jolla todennäköisesti on
covid-19-tartunta ja sinut on määrätty

KOTIERISTYKSEEN

- Pysy kotona.
- Pidä etäisyyttä heihin, joiden kanssa asut yhdessä.
- Käytä omaa huonetta ja kylpyhuonetta, mikäli se on mahdollista.
- Pese pintoja usein.
- Pyydä apua kauppoissa asiointiin.
- Sovi lääkärisi kanssa keinoista, joilla terveydentilaasi voidaan seurata.
- Kanssasi yhdessä asuvien on mentävä karanteeniin.