

Çiqas dûrketina civakî?

Bi dûrketina civakî alîkariya kêmbûna rêjeya belavbûna Kovîd-19 bikin

Di rewşa ku we têkiliyek nêzîk bi kesê tûşîbûyî re hebe an piştî rêwîtiya navneteweyî ya ku pêwîstî bi

KARANTÎNEYÊ HEYE

- Neçin dibistanê û cihê xebata xwe.
- Wesayitên veguhestina giştî bikar neynin.
- Bi kesên din re hevdîtin nekin.
- Hûn dikarin peya bimeşin, lê ji yê din 2 metran dûr bin.
- Pêwîste ku hûn ji yê din bixwazin ku ji bo we tiştan bikirin.
- Eger ne gengaz be, ku dikarin bixwe karên xwe yê pêwîst bikin, lê dûrketinê berçav bigirin û maskeyê li rûyê xwe bidin.
- Li mala xwe de ji mezin û zarokên mezinên din dûr bin. Kesên ku bi we re dijîn bi gelemperî di karantîneyê de nînin.
- Bilez û dîsa piştî 7 rojan testê bidin.
- Eger we nîşanên enfeksiyona tenefûsî hene, xwe tecrîd bikin û testê bidin.
- Eger bersiva testê erênî be, divê hûn li mala xwe tecrîd bin.

Hinek pêşniyarên ji bo hemûyan

- Rêzikên kuxikîn û paqijiya destan baş bişopînin.
- Hûn û kesên nêzîkî we dikarin wekî her carî bi hev re bin.
- Ji xeynê kesên nêzîkî xwe herî kêm 1 metre ji her kesên din dûr bisekinin.
- Eger we nîşanên Kovîd-19 hene, divê hûn li malê bimînin û werin test kirin.

Eger test erênî be, yan jî gengaziya tûşîbûna we ji Kovîd-19 re hebe, û dema ku

HÛN DI MALÊ DE TECRÎD ÎN

- li malê bimînin.
- Ji endamên malbatê dûr bisekinin.
- Eger gengaz be, ode û destşoka xwe bikar bînin.
- Rûyê tiştan bi rêkûpêk paqij bikin.
- Ji kesek din bixwazin ku di kirîna madeyên xwarinê de alîkariya we bike.
- Li ser çawaniya kontrola tenduristiya xwe bi doktorê xwe re bipeyivin.
- Endamên malbata we di karantîneyê de ne.