

Τι σημαίνει "ασφαλής απόσταση" από τους άλλους;

Η διατήρηση μιας ασφαλούς απόστασης από τους άλλους συμβάλλει στην επιβράδυνση της διάδοσης του κορωνοϊού (COVID-19)

Έχετε έρθει σε επαφή με κρούσμα ή επιστρέφετε στην πατρίδα σας μετά από ταξίδι και πρέπει να μπείτε σε

ΚΑΡΑΝΤΙΝΑ

- Τα παιδιά μπορούν να αλληλεπιδρούν με τους υπόλοιπους στο σπίτι ως συνήθως, αλλά να υπάρχει καλή απόσταση μεταξύ των ενηλίκων.
- Μην πηγαίνετε στο σχολείο ή την εργασία σας.
- Μην χρησιμοποιείτε τα μέσα μαζικής μεταφοράς.
- Μην επισκέπτεστε άλλους και μην δέχεστε επισκέψεις στο σπίτι.
- Μπορείτε να βγαίνετε για περπάτημα, δεδομένου ότι θα διατηρείτε απόσταση τουλάχιστον 1 μέτρου από τους άλλους.
- Μπορείτε να πηγαίνετε στο παντοπωλείο ή στο φαρμακείο, αν είναι απόλυτη ανάγκη.
- Τα άτομα με τα οποία ζείτε μαζί δεν είναι σε καραντίνα.
- Αν εμφανίσετε συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού, πρέπει να απομονωθείτε και να κάνετε το τεστ.
- Ένα θετικό τεστ σημαίνει ότι πρέπει να τεθείτε σε αυτοπεριορισμό στο σπίτι σας.

Συμβουλές για όλους

- Ακολουθείτε καλή υγιεινή των χεριών και καλή αναπνευστική υγιεινή.
- Μπορείτε να πραγματοποιείτε κανονικά τις συναναστροφές σας με τους στενούς συγγενείς και φίλους σας.
- Διατηρείτε ασφαλή απόσταση τουλάχιστον 1 μέτρου από όλους, εκτός από τους στενούς συγγενείς και φίλους σας.
- Αν εμφανίσετε συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού, πρέπει να παραμείνετε στο σπίτι.
- Αν εμφανίσετε συμπτώματα του COVID-19, πρέπει να κάνετε το τεστ.

Είστε επιβεβαιωμένο κρούσμα του COVID-19 και βρίσκεστε σε ΑΥΤΟΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

- Παραμείνετε σπίτι.
- Διατηρείτε ασφαλή απόσταση από όλους τους υπόλοιπους στο σπίτι.
- Χρησιμοποιείτε διαφορετικό δωμάτιο και μπάνιο, αν είναι δυνατό.
- Καθαρίζετε τακτικά τις επιφάνειες.
- Ζητήστε από κάποιο άλλον να κάνει τα ψώνια σας.
- Συμφωνήστε με τον ιατρό σας τον τρόπο με τον οποίο θα πρέπει να παρακολουθείτε την κατάσταση της υγείας σας.
- Τα άτομα με τα οποία ζείτε μαζί πρέπει να μπουν σε καραντίνα.