

Puțin, mult sau destul de departe?

Prin a menține distanța frânăm virusul Corona (covid-19)

Pentru dvs. care sunteți contact apropiat, și sau ați călătorit și veți intra în

CARANTINĂ

- Nu frecvențați școala sau locul de muncă
- Nu trebuie să călătoriți cu mijloacele de transport în comun.
- Evitați vizitele
- Puteți să faceți plimbări afară, dar păstrați cel puțin 1 metru distanță de alte persoane.
- Puteți să faceți cumpărăturile strict necesare, la magazin sau la farmacie
- Tas ut, erstattes med "Copiii pot interacționa în mod normal cu ceilalți din gospodărie, dar păstrați o distanță bună între adulți".
- Cei cu care locuiți împreună nu sunt în carantină
- Dacă aveți simptome de infecție respiratorie, va trebui să vă izolați și să vă testați.
- Dacă aveți un test pozitiv trebuie să vă izolați la domiciliu.

Sfaturi pentru întreaga populație

- Nu uitați de igiena bună a mâinilor și a tusei.
- Puteți să aveți contactul în mod normal cu prietenii apropiați și cu familia.
- Păstrați o distanță mai mare de alte persoane decât de prietenii apropiați și familia dvs., cel puțin 1 metru.
- Dacă aveți simptome de infecție a căilor respiratorii, trebuie să rămâneți acasă.
- Dacă aveți simptome de Covid-19, ar trebui să fiți testat

Pentru cei la care a fost detectat sau este probabil Covid-19 și cărora li s-a impus

IZOLAREA LA DOMICILIU

- Nu trebuie să ieșiți de acasă.
- Păstrați distanța completă față de ceilalți cu care locuiți împreună.
- Dacă aveți posibilitatea, folosiți o cameră și o baie proprii.
- Spălați des suprafețele.
- Cineva trebuie să vă ajute să faceți cumpărături.
- Stabiliți de comun acord cu medicul dumneavoastră cum să vă monitorizați starea de sănătate.
- Cei cu care locuiți împreună trebuie să intre în stare de carantină.