

# Một chút, thêm một chút hoặc cách xa hoàn toàn?

Khi giữ khoảng cách chúng ta giảm bớt korona (covid-19)

Dành cho bạn là người đã tiếp cận hoặc đã đi du lịch và sẽ phải

## TỰ KIỂM DỊCH

- Những người bạn sống chung cứ chung sống bình thường.
- Đừng đi đến trường học hoặc chỗ làm.
- Đừng đón xe công cộng.
- Đừng đi thăm ai cũng đừng cho khách đến thăm.
- Bạn có thể đi dạo nhưng giữ khoảng cách ít nhất 1 mét với người khác.
- Bạn có thể đi đến cửa hàng tiện lợi hoặc nhà thuốc tây khi có nhu cầu rất cấp bách.
- Những người bạn sống chung họ không bị tự kiểm dịch riêng.
- Nếu bạn có triệu chứng viêm đường hô hấp bạn phải cách ly và được xét nghiệm.
- Khi xét nghiệm dương tính bạn phải thực hành việc cách ly tại nhà.

## Lời khuyên cho mọi người dân

- Nhớ giữ kỹ vệ sinh tay và vệ sinh khi ho.
- Bạn và những người thân cận nhất cùng những người bạn sống chung cứ sinh hoạt chung bình thường.
- Hãy cứ tăng khoảng cách với những người khác, không phải là người thân của bạn, ít nhất 1 mét.
- Nếu bạn có triệu chứng viêm đường hô hấp bạn phải ở nhà.
- Nếu bạn có triệu chứng bị covid-19, bạn nên đi xét nghiệm

Đối với bạn là người đã phát hiện hoặc có xác suất nhiễm covid-19 và

## BỊ CÁCH LY TẠI NHÀ

- Bạn không được phép rời nhà.
- Giữ hoàn toàn khoảng cách với những người khác trong nhà.
- Nếu được hãy dùng phòng riêng và nhà vệ sinh riêng.
- Thường xuyên chùi rửa trên các bề mặt vật dụng.
- Ai đó phải đi chợ thay bạn.
- Thỏa thuận với bác sĩ của bạn về cách thức theo dõi tình trạng sức khỏe của bạn.
- Những người bạn sống chung họ sẽ tự kiểm dịch riêng.