

Tanács másokkal közösen élni

A COVID-19 továbbra is jelen van közösségünkben. Csak úgy küzdhetjük le, ha megállítjuk a terjedését. Ha másokkal él együtt, akik nem a családtagjai, így veheti ki a részét...



Tartson 2 méteres távolságot másoktól

Ne engedjen másokat a szobájába és tartson biztonságos távolságot másoktól a lakáson belül. Ha közelebb kell mennie, takarja el az arcát.



Takarja el az arcát

Ha vásárolni megy, tömegközlekedést használ, vagy ha valószínűleg 2 méteres távolságon belül lesz másoktól. Mindenki, aki ön-elkülönítést alkalmaz, takarja el az arcát a közös helyiségekben.



Mosson kezet

Rendszeresen mosson kezet szappannal és meleg vízzel 20 másodpercen át - Különösen, ha otthonán kívül van



Kerülje a tömeget

Ne tartózkodjon hosszan folyosókon, az épület előtt, az előcsarnokban vagy a konyhában. A kis csoportok is terjeszthetik a fertőzést.



Saját evőeszközt használjon

Ne használjon közös evőeszközt, mert az terjesztheti a vírust. Csak a sajátját használja, azt mossa el önmaga és a másokétól külön tárolja.



Takarítson alaposan

Gyakran takarítson és használjon fertőtlenítőszeret. Tisztítsa meg a felületeket, a kilincseket, a közös helyiségeket és a mosoda helyiségeket. Különösen figyeljen oda a fürdőszoba és a konyha fertőtlenítésére.



Saját törülközőt használjon

Ne használjon közös törülközőt, mert az terjesztheti a vírust. Csak a sajátját használja és rendszeresen mossa ki.



Külön tárolja a holmiját

Ne használjon közös dolgokat, például élelmiszert vagy személyes higiéniai cikket, mert ez terjesztheti a vírust. A holmiját külön tárolja másoktól, lehetőség szerint a saját szobájában.



Különítse le magát, ha tüneteket mutat

Ha COVID-19 tüneteket tapasztal, azonnal különítse el önmagát és hívja a 119 számot vagy látogasson el a www.nhs.uk/coronavirus oldalra, hogy tesztet szervezzen.



Tesztelés & Kontaktuskövetés

Ha felveszi Önnel a kapcsolatot az NHS Test & Trace - azonnal különítse el magát és kövesse az utasításokat

Nem győztük le a vírust... egyelőre?!

www.kirklees.gov.uk/coronavirus



Hungarian