

EVDE KAL, SAĞLIKLI KAL!

Koronavirüs'e karşı en büyük
tedbir risk almamaktır.

#EvdeKal



YENİ KORONAVİRÜS RİSKİNE KARŞI

#14 KURAL



Ellerinizi sık sık su ve
sabun ile en az 20 saniye
boyunca oarak yıkayın.



Öksürme veya hapsırma sırasında
ağız ve burunu tek kullanımlık
mendille kapatın, mendil yoksa
dirseğin iç kısmını kullanın



Ellerinizi gözlerinize,
ağızınıza ve burnunuza
dokunmayın



Soğuk algınlığı belirtileri
gösteren kişilerle aranıza
en az 3-4 adım mesafe
koyun



Yurt dışı seyahatlerinizi iptal
edin ya da erteleyin



Yurt dışından dönüşte ilk
14 günü evinizde geçirin



Bulunduğunuz ortamları
sık sık havalandırın



Kapı kolları, armatürler,
lavabolar gibi sık kullandığınız
yüzeyleri su ve deterjanla her
gün temizleyin



Hiçbir kişisel eşyanızı (havlu
gibi gündelik eşyaları) ortak
kullanmayın.



Kıyafetlerinizi 60-90°C'de
normal deterjanla yıkayın



Tokalaşma, sarılma gibi
yakın temaslardan kaçınınız



Bol sıvı tüketin, dengeli
beslenin, uyku düzeninize
dikkat edin



Ateş, öksürük, nefes darlığı
gibi şikayetleriniz varsa,
maske takarak bir sağlık
kuruluşuna başvurun



Soğuk algınlığı belirtileriniz varsa
yaşlılar ve kronik hastalarla temas
etmeyin, maske takmadan dışarı
çıkmayınız


Şelale Evleri
Site Yönetimi