

KORONAVĪRUS (COVID-19)

Fakti un noderīga informācija

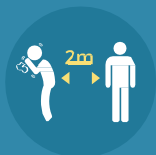
**Šie vienkāršie ieteikumi ļaus novērst
koronavīrusa izplatību sabiedrībā.**



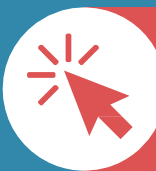
Mazgājiet rokas bieži un vismaz 20 sekundes, centieties nepieskarties sejai.



Padomājiet savu ierasto ikdienas kārtību. Katru dienu mainiet dvieļus, noslaukiet virsmas, regulāri mazgājiet slaucīšanai izmantotās lupatas.



Centieties ieturēt vismaz 2 metru (6 pēdu) distanci no citiem cilvēkiem un nekontaktējieties ilgāk par 15 minūtēm, īpaši, ja sarunu biedrs klepo, šķauda vai viņam ir drudzis.



Lai iegūtu informāciju un norādījumus par ceļošanu, sevis izolēšanu, skolām un pasākumiem, apmeklējiet vietni

gov.gg/coronavirus

Ja klepo vai šķaudī, neizplati sērgu, izmet un iznīcīni salveti.

Ja klepojat vai šķaudāt, lietojiet vienreizējas lietošanas salvetes, pēc tam izmetiet tās un nomazgājiet rokas, lai iznīcinātu atlikušos mikrobus.



States of Guernsey
Public Health Services

[Gov.gg/coronavirus](https://gov.gg/coronavirus)

vai **JŪS** varat palīdzēt?

**Mūsu ir tik maz,
tāpēc mums jārūpējas vienam par otru.**



Piezvaniet vecāka
gadagājuma
radniekiem,
draugiem un
kaimiņiem



Palīdziet tiem, kas
pašizolējušies,
piezvaniet viņiem,
palīdziet ar pārtikas
iegādi.



Izceļojiet no salas
tikai tad, ja tas
nepieciešams vai
ir jādodas pie ārsta.



Esiet atbildīgi, apmeklējot aptiekas, ģimenes ārstu un
neatliekamās palīdzības nodaļu. Ja jums parādās slimības
simptomi un esat nobažījies, zvaniet uz koronavīrusa
palīdzības tālruni 756938 vai 756969, bet **neierodieties
bez brīdinājuma.**

Lai iegūtu precīzu jaunāko informāciju, apmeklējiet vietni
www.gov.gg/coronavirus



States of Guernsey
Public Health Services

Gov.gg/coronavirus