

# SLABO POČUTJE



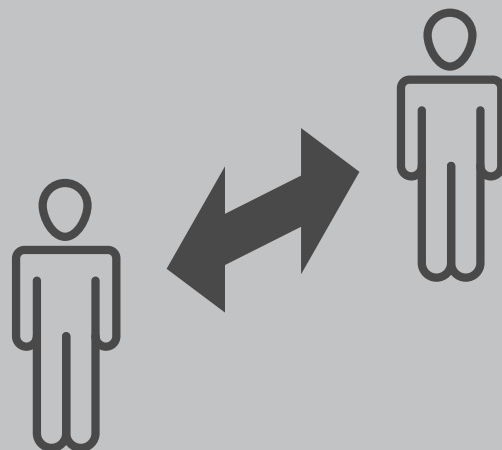
- Ostani doma, razen v primeru, da se odpravljáš do zdravnika. Pred obiskom zdravnika se za pregled dogovori po telefonu.
- Ohranjaj razdaljo do drugih.
- Spremljaj svoje simptome.
- Pri kašljanju in kihanju si zakrij usta in nos.
- Poskrbi za pogosto umivanje rok.
- Izogibaj se deljenju osebnih gospodinjskih predmetov z drugimi.
- Vsak dan očisti površine, ki se jih veliko dotikaš.

# OBISK ZDRAVNIKA



- Če meniš, da si zbolel za COVID-19, o tem pred obiskom obvesti svojega zdravnika in sledi njegovim navodilom.
- V javnosti si usta in nos zakrij z masko.
- Ne dotikaj se oči, nosu ali ust.
- Ob prihodu domov si roke z milom in vodo umivaj vsaj 20 sekund.

# FIZIČNO DISTANCIRANJE



- Izberi varne družabne dejavnosti: če se srečaš z osebami, ki ne bivajo v tvojem gospodinjstvu, vzdržuj razdaljo vsaj 1,5 m.
- Na dogodkih in srečanjih vzdržuj razdaljo: če se nahajaš v gneči, poskusi do drugih vzdrževati razdaljo vsaj 1,5 m ter si prekrij usta in nos.
- Med fizičnimi aktivnostmi se oddalji od drugih: med rekreacijo na prostem bodi od drugih oddaljen vsaj 1,5.

# ČIŠČENJE IN RAZKUŽEVANJE



- Pri rednem čiščenju in razkuževanju nosi rokavice za enkratno ali večkratno uporabo.
- Površine očisti z detergentom in vodo, nato pa jih razkuži.
- Predmete očisti ali operi v skladu z navodili proizvajalca.
- Ne pozabi na pogosto umivanje rok z milom in vodo, ki naj traja vsaj 20 sekund.

# OPRAVKI



- V primeru bolezni ostani doma.
- Če je le mogoče, se poslužuj spletnih storitev.
- V javnosti nosi masko.
- Po nakupih se odpravi ob urah, ko se v trgovinah zadržuje manj ljudi. Če je mogoče, nakupuj sai.
- V notranjih prostorih ter pri čakanju v vrsti do drugih ohranjaj razdaljo vsaj 1,5 m. Če je mogoče, se odloči za brezkontaktni način plačevanja.
- Če brezkontaktno plačevanje ni mogoče, si po plačilu z gotovino ali kartico razkuži roke.
- Ne pozabi na fizično distanciranje (od drugih bodite oddaljeni vsaj 1,5 m).
- Po obisku trgovine si razkuži roke.
- Ob prihodu domov si roke z milom in vodo umivaj vsaj 20 sekund.



# POTOVANJA

- Pogosto si čisti roke. Roke si z milom in vodo umivaj vsaj 20 sekund.
- Če milo in voda nista na voljo, uporabi razkužilo za roke, ki vsebuje vsaj 60 % alkohola.
- Izogibaj se tesnim stikom z ljudmi.
- Ohranjaj fizično razdaljo (1,5 m) do drugih.
- V javnosti si pokrij usta in nos.
- Pri kašljanju in kihanju si zakrij usta in nos.