

## ZER EGIN SINTOMARIK BADUT?

Bat-batean arnas **sintoma akutuak** baditut (sukarra, eztula edo arnasa hartzeko zailtasuna:



1

**ETXEAN GERATU.  
EZ JOAN LANERA.**

2

**Osasun-zentrora deitu**, bertatik haren egoera balioesteko eta neurri egokiak har daitezten. Zure ordutegitik kanpo bada, deitu Osasun Aholkuaren **948 290 290** telefonora.



3

**Premiazko arreta** behar badut, deitu **112**ra.



## ELKARTASUNEZ ETA SENAZ

Etxean geratzeak emaitza izan du. Koronabirusaren transmisioa geldiaraztea lortu dugu. Baina oraindik bide luzea daukagu aurretik.

**PREBENTZIO-NEURRIAK HARTU EZEAN,  
AGERRALDI GEHIAGO GERTATZEKO  
ARRISKUA DAGO.  
EZ GAITEZEN ELKARRETARATU.**

**LANEAN BEHARREZKOAK DIREN NEURRIAK:**

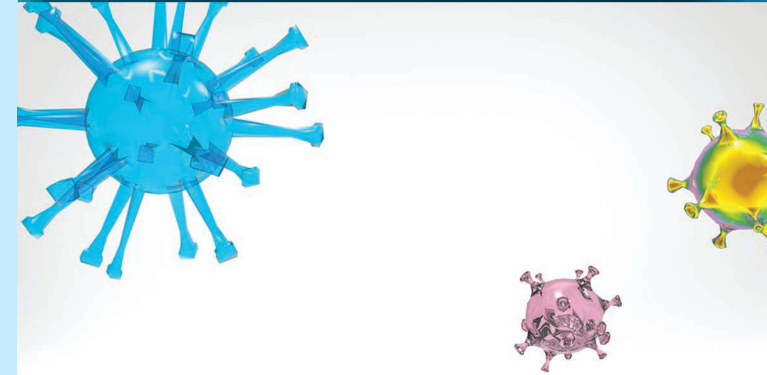
- Enpresek sarrera, irteera, antolaketa, leku eta lan-ekipo seguruak bermatu behar dituzte... baita prebentzio-erabakietan langileen partaidetza ere.
- **Norberak prebentzio-jokabideak izan behar ditu.**  
Zalantzarik baduzu, harremanetan jarri zure Prebentzio Zerbitzuarekin edo Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutuko Lan Osasuneko Zerbitzuarekin **848 42 89 48** telefonoan.

**OSO GARRANTZITSUA DA NORBANAKOAREN  
ETA GUZTION AHALEGINARI EUSTEA.  
EGOERA HORI AMAITUKO DELA GOGORATU..**

**GUZTION ARTEAN  
GAINDITZEN ARI GARA!**



# KORONABIRUSA: ERRONKA KOLEKTIBOARI EUTSI



## ELKARTASUNEZ ETA SENAZ JOKATU.

## ASKO DUGU JOKOAN.



CSV: **0CB9BE80C422FB37**

Puede verificar su autenticidad introduciendo el CSV en / Benetakoa dela egiaztatu dezakezu CSVa hemen sartuta:

<https://administracionelectronica.navarra.es/validarCSV/default.aspx>

Emitido por Gobierno de Navarra / Nafarroako Gobernua / Gobierno de Navarra / Nafarroako Gobernua / Gobierno de Navarra / Nafarroako Gobernua

Fecha de emisión / Noiz emana: 2020-05-14 12:47:39

# ZER DA COVID-19?

Koronavirus berri batek transmititutako gaixotasuna da, eta 2019ko abenduan atzeman zuten lehen aldiz Txinan.

## NOLA KUTSATZEN DA?



1

**Kontaktu estuarekin**  
Gaixo dagoen norbaitekin 2 metrotik beherako tartearekin hitz egitean, ezkul edo doministiku egitean, sudurrera edo begietara joan daitezkeen tantek birusa daramatelako.

2

**Eskua ematean** edo tanta horiekin kutsatutako **objektuak** edo **gainazalak** ukitzean.



CSV: OCB9BE80C422FB37

Puede verificar su autenticidad introduciendo el CSV en / Benetakoa dela egiaztatuz dezaitez CSVa hemen sartuta: <https://administracionelectronica.navarra.es/validarCSV/default.aspx>

Emitido por Gobierno de Navarra / Nafarroako Gobernua emana (DIR3: A15007522)  
Fecha de emisión / Noiz emana: 2020-05-14 12:47:39

# PREBENTZIORAKO GOMENDIOAK

1

Beste pertsona batzuekin 2 metroko **segurtasunezko distantzia** izan.



2

**Garbitu eskuak** maiz, urarekin eta xaboiarekin edo desinfektatzaile alkoholikoarekin, eta beti:



Zintz, ezkul edo doministiku egin ondoren



Etxetik irtetean eta etxean sartzean



Lanera sartzean eta lanetik irtetean



Gaixo dagoen norbaiti arreta eman aurretik eta ondoren



3

**Ez kul edo doministiku egitean** estali ahoa besurarekin edo behin erabiltzeko mukizapi batekin eta paperontzira bota.

4

Kutsatuta egon daitezkeen **objektuak** edo **gainazalak** garbitzea.



5

Zalantzarik izanez gero, jarri harremanetan zure osasun-zentroarekin edo Osasun Aholkuaren Zerbitzuarekin: **948 290 290**

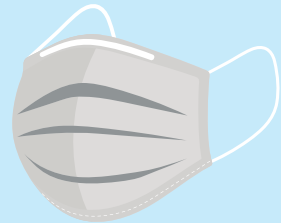
## LANTOKIAN

**SEGURTASUN-DISTANTZIA** (2 m) mantendu joan-etorrietan, sarreretan, irteeretan, aldageletan, komunetan eta lan-espazioetan.

Kutsatuta egon daitezkeen **OBJEKUAK** edo **GINAZALAK** **GARBITZEA** (joan-etorrietarako ibilgailua, gainazalak, erremintak eta lan-ekipoak).

**EZ PARTEKATU** garbitu gabe, edalontziak, ur-botilak, mahai-tresnak...

# MASKAREN ERABILERA EGOKIA



Maskara segurtasun-distantziaren eta eskuen garbiketaren neurri osagarria da, eta taldeko transmisioa geldiarazten laguntzen du.

## BEHAR BEZALA ERABILTZEKO AHOLKUAK:

1

**Eskuak garbitu jarri** aurretik, eta aurreko aldea ukitu gabe jarri.



2

**Maskarekin ahoa eta sudurra estali**, ongi doitu eta gera dadin.

3

**Ez ukitu maskara** erabiltzen den bitartean. Egiten bada, eskuak garbitu.



4

**Atzekaldetik kendu**, eskuetan aurreko aldea ez ukitzeko.

5

**Ez berrerabili** erabilera bakarrekoak.



6

**Eskuak garbitu** aldatu edo bota ondoren.

**KONTUZ! ERABILERA OKERRAK ARRISKU HANDIAGOA ERAGIN DEZAKE**