

ZER EGIN SINTOMARIK BADUT?

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



1

**ETXEAN GERATU.
EZ JOAN LANERA.**

2

Osasun-zentrora deitu, bertatik haren egoera balioesteko eta neurri egokiak har daitezzen. 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.

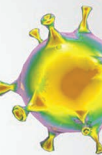
**OSO GARRANTZITSUA DA NORBANAKOAREN
ETA GUZTION AHALEGINARI EUSTEA.**

EGOERA HORI AMAITUKO DELA GOGORATU..

**GUZTION ARTEAN
GAINDITZEN ARI GARA!**



KORONABIRUSA: ERRONKA KOLEKTIBOARI EUTSI



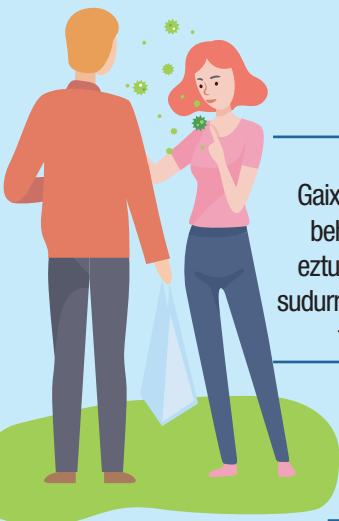
ELKARTASUNEZ ETA SENAZ JOKATU.

ASKO DUGU JOKOAN.

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 tartearrekin 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.



coronavirusnavarra.es

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

Ezgul 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

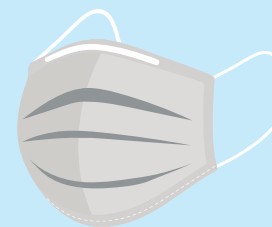
SEGURTASUN-DISTANTZIA (2 m) mantendu joan-etorrietan, sarreretan, irteeretan, aldageletan, komunetan eta lan-espazioetan.

Kutsatuta egon daitezkeen **OBJEKTUAK EDO GAINAZALAK GARBITZEA** (joan-etorrietarako ibilgailua, gainazalak, erremintak eta lan-ekipoak).

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

SINTOMARIK BADUZU, EZ JOAN LANERA

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 zure gabe jarri.



2

Maskarekin ahoa eta sudurra estali, ongi doituta gera dadin.



3

Ez zure maskara erabiltzen den bitartean. Egiten bada, eskuak garbitu.



4

Atzekaldetik kendu, eskuetan aurreko alde ez ukitzeko.



5

Ez berrerabili erabilera bakarrekoak.



6

Eskuak garbitu aldatu edo bota ondoren.

KONTUZ! ERABILERA OKERRAK ARRISKU HANDIAGOA ERAGIN DEZAKE