



**Mesafe bırakın  
(hala geçerli)**

## ÖNEMLİ BİLGİLER

**Günlük hayat normal gibi görünebilir fakat koronavirüs hâlâ aramızda.**

**Dikkatli davranmadığımızda enfeksiyon yayılıyor.**

**Bu yüzden, burada kendinizi ve başkalarını korumak için en önemli tavsiyeleri bulabilirsiniz.**

**COVID 19 ile ilgili sorularınız olduğu takdirde şu numarayı arayabilirsiniz**

**70 20 02 33**

### Mesafe

- İnsanlarla tokalaşmaktan ve sarılmaktan kaçınınız.
- Aynı evde yaşamadığınız insanlarla kendi aranızda en az 1 metrelik mesafe bulundurun.

Alışverişe çıktığınızda, çocuklarınızı almaya gittiğinizde, iş yerinde iken, eğlenceye gittiğinizde veya arkadaşlarınızla görüştüğünüzde bu mesafeye dikkat edin.

### El hijyeni

- Bir dakika boyunca ellerinizi yıkayın veya el antiseptiği kullanın.
- Evinize, iş yerinize, herhangi bir yere her giriş çıkışta bunu yapın.
- Yemek pişirmeniz gerektiğinde, yemekten önce, burnunuzu temizledikten sonra ve elbette hep yaptığınız gibi tuvaleti kullandığınızda bunu yapın.

### Kendinizi bitkin hissettiğinizde evde kalın

- Halsiz hissediyorsanız, örneğin ateşiniz varsa, boğazınız ağrıyorsa veya öksürüyorsanız evde kalın.
- Koronavirüs testi yaptırmaya gerekliliği ile ilgili tavsiye almak için doktorunuzu ya da 1819'u arayın.

### Havalandırma

- Pencere ve kapılarınızı sabah, öğlen ve akşam 10 dakika açık tutun.

