



KORONAVIRUSAS

KAIP SAUGIAI DIRBTI IR GYVENTI

1

Venkite perpildytų vietų (jei neišvengiama, venkite tiesioginių kontaktų)



2

Užsisakykite tyrimą ir būkite namuose, jei turite simptomų – skambinkite Nacionalinei sveikatos apsaugos tarnybai (angl. NHS): 119

Man
reikalingas
tyrimas



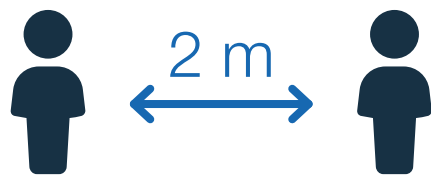
3

Plaukite rankas ir valykite paviršius dažniau nei įprasta mažiausiai 20 sekundžių su muilu ir vandeniu arba alkoholio pagrindu pagaminta sanitarine priemone. Prieš keliaudami į darbą ir (arba) būdami bendro naudojimo patalpose, visada nusiplaukite ar sanitarine priemone nusivalykite rankas



4

Laikykities **atstumo!** 2 m yra saugiau nei 1 m. Jei neįmanoma laikytis 2 m atstumo, imkitės kitų priemonių, kad sumažintumėte riziką, pavyzdžiui, atidarykite langus, dėvėkite veido apsaugą ir venkite tiesioginio kontakto



5

Uždaroje vietose, kur negalite išlaikyti atstumo, dėvėkite veido apsaugą / kaukę ar kitą rekomenduojamą asmeninę apsauginę priemonę



6

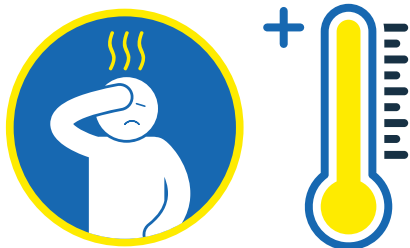
Laikykities darbdavio ir vyriausybės patarimų, kurie padės apsaugoti save ir kitus



Pagrindiniai koronaviruso (COVID-19) simptomai:

Aukšta temperatūra

Tai reiškia, kad jaučiate karštį palietę krūtinę ar nugarą (nereikia matuoti temperatūros)



Naujas, nuolatinis kosulys

Tai reiškia kosėjimą ilgiau nei valandą arba 3 ar daugiau kosulio epizodus per 24 valandas (jei paprastai kosėjate, kosulys gali būti sunkesnis nei prastai)

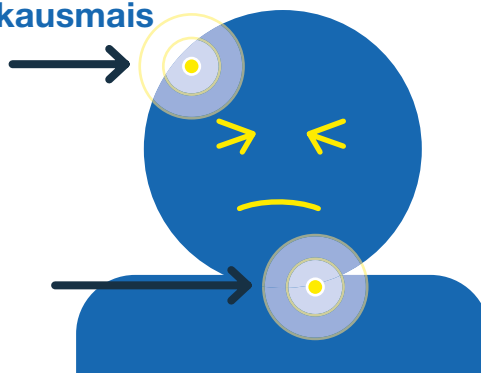


Kvapo ar skonio praradimas ar pasikeitimas

Tai reiškia, kad pastebėjote, jog negalite nieko užuosti ar paragauti, arba kvapas ar skonis yra kitoks nei įprasta



Ankstyvieji infekcijos požymiai gali pasireikšti gerklės ar galvos skausmais



Norėdami apsaugoti kitus, neikite į tokias vietas kaip BP gydytojų kabinetai, vaistinės ar ligoninės, jei turite kurį nors iš nurodytų simptomų. Likite namuose (savarankiškai izoliuokitės) ir užsisakykite tyrimą.

Pagaukite



Išmeskite



Sunaikinkite



HACCP – jei reikia, darbdaviai turėtų atlikti visus būtinus darbo vietos rizikos vertinimus siekiant įsitikinti, kad jų verslas yra apsaugotas nuo COVID ir darbuotojai yra saugūs.

Laikykitės naujausių nurodymų dalyvaudami trumpuose pasitarimuose, skaitydami plakatus ar lankstinukus apie COVID-19

STAY ALERT ▶ CONTROL THE VIRUS ▶ SAVE LIVES