



TUZLA BELEDİYESİ

COVID-19

Koronavirüs Tedbirleri

Kapsamında Verilen

Hizmetler



T.C. SAĞLIK
BAKANLIĞI

YENİ KORONAVİRÜS RİSKİNE KARŞI #14 KURAL



Ellerinizi sık sık su ve sabun ile en az 20 saniye boyunca ovarak yıkayın.



Soğuk algınlığı belirtileri gösteren kişilerle aranıza en az 3-4 adım mesafe koyun



Bulduğunuz ortamları sık sık havalandırın



Kıyafetlerinizi 60-90°C'de normal deterjanla yıkayın



Ateş, öksürük, nefes darlığı gibi şikayetleriniz varsa, maske takarak bir sağlık kuruluşuna başvurun



Ellerinize gözlerinize, ağzınıza ve burnunuza dokunmayın



Yurt dışından dönüşte ilk 14 günü evinizde geçirin



Öksürme veya hapsirme sırasında ağız ve burnu tek kullanımlık mendille kapatın, mendil yoksa dirseğin iç kısmını kullanın



Yurt dışı seyahatlerinizi iptal edin ya da erteleyin



Kapı kolları, armatürler, lavabolar gibi sık kullandığınız yüzeyleri su ve deterjanla her gün temizleyin



Tokalaşma, sarılma gibi yakın temaslardan kaçının



Soğuk algınlığı belirtileriniz varsa yaşlılar ve kronik hastalarla temas etmeyin, maske takmadan dışarı çıkmayın



Hiçbir kişisel eşyanızı (havlu gibi gündelik eşyaları) ortak kullanmayın.



Bol sıvı tüketin, dengeli beslenin, uyku düzeninize dikkat edin



Evde Kal Sağlıklı Kal

#HayatEveSiğar



444 0 906 | tuzla.bel.tr
@ /TuzlaBelediyesi

*Tuzla
yaşatır*

Dr. ŞADI YAZICI
TUZLA BELEDİYE BAŞKANI