

# Prebentzioa eguberrietan

ELKAR IKUSTEKO, ELKARTZEKO ETA GOZATZEKO, AURTEN COVID-19ARI AURRE EGITEKO PREBENTZIO-NEURRIAK HARTU BEHAR DIRA AINTZAT, BAI ETXETAN ETA BAI KANPOAN.



1

## Elkartu Aurretik

Ez joan COVID-19aren sintomarik edukiz gero, proba baten emaitzaren zain egonez gero, edo bakartuta edo berrogeialdian egonez gero.

Ahal izanez gero **aire zabalean gelditu** eta, ezin bada, etengabe aireztatuta dauden lekuetan.

1,5 metroko distantzia kontuan hartuta **planifikatu** mahaiak, etxeak... ahalbidetzen duen pertsona-kopurua.

**Talde txikietan** gelditu eta, ahal izanez gero, pertsona berberak.

2

## Elkarrekin gauden bitartean

**Parez pare egotea saihestuta** agurtu.

**Garbitu eskuak**, ura eta xaboa edo gel hidroalkoholikoa erabilia.

Gutxienez 1,5 metroko **distantziari eutsi** denbora guztian bizikide ez direnen artean.

**Maskara jantzita** eduki une oro, jateko eta edateko unean izan ezik.

**Ez partekatu edalontzirik**, mahaitresnarik, platerik... edo mokadurik.

**Ez luzatu** asko elkarrekin egoteko denbora.

**Ez erre eta ez bapeatu.**

Erre behar bada, hobe da aire zabalean egitea eta 2 metroko distantzia utzita.

Alkohola edateak prebentzio-neurriekiko **arreta murriztu** ahal du.

**ZAINDU ZAITEZ, ZAINDU GAITZAZU**