



Herkes için geçerli olan hijyen

Ancak herkes tedbirlere uyarsa adım adım olumlu yönde ilerleyebiliriz.



Ellerinizi sık sık yıkayın.

- Dışarı çıkmadan önce, eve döndüğünüzde, burnunuzu sildikten sonra, yemek yemeden önce ve tuvalete gittikten sonra ellerinizi muhakkak yıkayın.

- Ellerinizi 20 saniye boyunca su ve sabunla yıkayın. Sonra iyice kurulayın.



Dirseğinizin içine hapşırın ve öksürün.



Burnunuzu silmek için kağıt mendil kullanın.

- Kağıt mendili kullandıktan sonra çöpe atın.
- Burnunuzu sümkürdükten sonra ellerinizi muhakkak yıkayın.



Kimseyle tokalaşmayın.



1,5 metrelik mesafenizi koruyun.

- Ailenizden veya hanenizden olan kişiler hariç.
- İnsanlar aralarında iki kol boyu mesafe bırakırlarsa birbirlerine hastalık bulaştırma ihtimali küçülür.