

COVID-19: Dışarıdan eve dönme kuralları



1. Eve geldiğinizde ellerinizi sabunlu suyla yıkamadan hiçbir yere dokunmayın.



2. Ayakkabılarınızı mümkünse kapının dışında çıkartın.



3. Evcil hayvanınızı gezdirdiyseniz, onun patilerini dezenfekte edin.



4. Kıyafetlerinizi çıkartıp, daha sonra yıkanmak üzere bir poşete koyun. Yıkama sıcaklığı en az 60° olmalıdır.



5. Kapı girişine koyacağınız bir kutu içine çanta, cüzdan ve anahtar gibi eşyalarınızı bırakın.

COVID-19: Dışarıdan eve dönme kuralları



6. Duş alın. Eğer duş alma imkanınız yoksa vücudunuzun el, yüz, boyun gibi açık kısımlarını sabunla yıkayın.



7. Eldivenlerinizi takın! Telefonunuzu alkol içerikli dezenfektan ile silin. Gözlük kullanıyorsanız gözlüğünüzü de sabunlu suyla iyice yıkayın.



8. Çanta ve benzeri kapalı alışveriş ürünlerinizi klorlu suyla silin. 1 LT suya 20 ML çamaşır suyu karıştırıp bu, yüzeylere püskürtün.



9. Eldivenlerinizi bir poşete koyup çöpe atın. Ellerinizi bol sabunlu suyla yıkayın.



10. Unutmayın! Her şeyi tamamen dezenfekte etmemiz mümkün değildir. Ama tehlikeyi en aza indirebiliriz.

COVID-19: Evden dışarıya çıkma kuralları



1. Uzun kollu bir üst kıyafet (mont/ceket vs.) giyin.



2. Saçlarınızı toparlayın. Yüzük, küpe, bilezik, saat vb. aksesuarları kullanmayın.



3. Evden çıkmadan önce mutlaka maskenizi takın.



4. Toplu taşıma araçlarını kullanmayın.



5. İnsanlar ile aranızda en az 1.5 - 2 metre olacak şekilde mesafeyi koruyun.

COVID-19: Evden dışarıya çıkma kuralları



6. Yanınızda tek kullanımlık peçete veya eldiven bulundurun. Siz de yüzeylere temas etmekten kaçınin.



7. Kullanılmış mendil ve eldivenleri kapaklı çöp kutularına ve mümkünse bir poşete koyup atın.



8. Alışverişlerde mümkün olduğunca nakit para kullanmayın. Eğer paraya temas etmek zorunda kalırsanız ellerinizi mutlaka alkol bazlı bir dezenfektan ile dezenfekte edin.



9. Hapşırırken veya öksürürken kolunuzun içini kullanın. Elinize veya havaya doğru asla hapşırmayın veya öksürmeyin.



10. Herhangi bir yüzeye temas etmeniz durumunda, ellerinizi bol sabun ve suyla yıkayın. Yıkama imkanı yoksa dezenfektan kullanın.