

## ZER EGIN SINTOMARIK BADUT?

Bat-batean arnas **sintoma akutuak** baditut (sukarra, eztula edo arnasa hartzeko zailtasuna:



1

**ETXEAN GERATU.  
EZ JOAN LANERA.**

2

**Osasun-zentrora deitu**, bertatik haren egoera balioesteko eta neurri egokiak har daitezzen. Zure ordutegitik kanpo bada, deitu Osasun Aholkuaren **948 290 290** telefonora.



3

**Premiazko arreta** behar badut, deitu **112**ra.



## ELKARTASUNEZ ETA SENAZ

Etxean geratzeak emaitza izan du. Koronabirusaren transmisioa geldiaraztea lortu dugu. Baina oraindik bide luzea daukagu aurretik.

**PREBENTZIO-NEURRIAK HARTU EZEAN,  
AGERRALDI GEHIAGO GERTATZEKO  
ARRISKUA DAGO.  
EZ GAITEZEN ELKARRETARATU.**

**LANEAN BEHARREZKOAK DIREN NEURRIAK:**

- Enpresek sarrera, irteera, antolaketa, leku eta lan-ekipo seguruak bermatu behar dituzte... baita prebentzio-erabakietan langileen partaidetza ere.
- **Norberak prebentzio-jokabideak izan behar ditu.**  
Zalantzarik baduzu, harremanetan jarri zure Prebentzio Zerbitzuarekin edo Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutuko Lan Osasuneko Zerbitzuarekin **848 42 89 48** telefonoan.

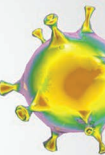
**OSO GARRANTZITSUA DA NORBANAKOAREN  
ETA GUZTION AHALEGINARI EUSTEA.**

**EGOERA HORI AMAITUKO DELA GOGORATU..**

**GUZTION ARTEAN  
GAINDITZEN ARI GARA!**



# KORONABIRUSA: ERRONKA KOLEKTIBOARI EUTSI



## ELKARTASUNEZ ETA SENAZ JOKATU.

## ASKO DUGU JOKOAN.

## ZER DA COVID-19?

Koronavirus berri batek transmititutako gaixotasuna da, eta 2019ko abenduan atzeman zuten lehen aldiz Txinan.

## NOLA KUTSATZEN DA?



1

### Kontaktu estuarekin

Gaixo dagoen norbaitekin 2 metrotik beherako tartearrekin hitz egitean, ezkul edo doministiku egitean ahora, sudurrera edo begietara joan daitezkeen tantek birusa daramatelako.

2

Eskua ematean edo tanta horiekin kutsatutako objektuak edo gainazalak ukitzean.



## PREBENTZIORAKO GOMENDIOAK

1

Beste pertsona batzuekin 2 metroko segurtasuneko distantzia izan.



2

Garbitu eskuak maiz, urarekin eta xaboiarekin edo desinfektatzaile alkoholikoarekin, eta beti:



Zintz, ezkul edo doministiku egin ondoren



Etxetik irtetean eta etxean sartzean



Lanera sartzean eta lanetik irtetean



Gaixo dagoen norbaiti arreta eman aurretik eta ondoren



3

Ezgul edo doministiku egitean estali ahoa besurarekin edo behin erabiltzeko mukizapi batekin eta paperontzira bota.

4

Kutsatuta egon daitezkeen objektuak edo gainazalak garbitzea.



5

Zalantzarik izanez gero, jarri harremanetan zure osasun-zentroarekin edo Osasun Aholkuaren Zerbitzuarekin: 948 290 290

## LANTOKIAN

**SEGURTASUN-DISTANTZIA** (2 m) mantendu joan-etorrietan, sarreretan, irteeretan, aldageletan, komunetan eta lan-espazioetan.

Kutsatuta egon daitezkeen **OBJEKTUAK EDO GAINAZALAK GARBITZEA** (joan-etorrietarako ibilgailua, gainazalak, erremintak eta lan-ekipoak).

**EZ PARTEKATU** garbitu gabe, edalontziak, ur-botilak, mahai-tresnak...

**SINTOMARIK BADUZU, EZ JOAN LANERA**

## MASKAREN ERABILERA EGOKIA



Maskara segurtasun-distantziaren eta eskuen garbiketaren neurri osagarria da, eta taldeko transmisioa geldiarazten laguntzen du.

## BEHAR BEZALA ERABILTZEKO AHOLKUAK:

1

Eskuak garbitu jarri aurretik, eta aurreko alde akitu gabe jarri.



2

Maskarekin ahoa eta sudurra estali, ongi doituta gera dadin.



3

Ez ukitu maskara erabiltzen den bitartean. Egiten bada, eskuak garbitu.



4

Atzekaldetik kendu, eskuekin aurreko alde ez ukitzeko.



5

Ez berrerabili erabilera bakarrekoak.



6

Eskuak garbitu aldatu edo bota ondoren.

**KONTUZ! ERABILERA OKERRAK ARRISKU HANDIAGOA ERAGIN DEZAKE**