

## Информация на поведение на хора под домашна карантина.



Стойте на 2 метра разстояние един от друг. Ползвайте самостоятелна стая или само с минимален брой хора в нея.



Редовно мийте ръцете си. Най малко 20 минути . Особено преди и след хранене. След тоалетна.



Редовно проветрявайте. Например отваряйте по 3 пъти всички прозорци най малко по 5 минути.



Кихайте и кашляйте само в лакът или в носна кърпичка. След това веднага я изхвърлете. Сменяйте дрехите си всеки ден и ги перете.



Пазете къщата и апартамента чисти. Всеки трябва да използва самостоятелна кърпа. При наличието на болни хора поставете допълнително отделна кофа за боклук.



Инкубационния период е 14 дни. Затова останете 14 дни в къщи. Обаждайте се всеки ден, за да получите необходимата информация от здравните служби.

Източници Федерален център за здравно образование /EzGA/, защита от инфекции

<http://www.infektionsschutz.de/mediathek/infografikern/hygienetipps/>, CC BY-NC-ND Опростен език чрез Общински интеграционен център Kreis Lippe

