

# Normaltasun berria

## Zure konpromisoa ez da aldatzen

1

### Zer da Covid-19a?



Koronabirus berri batek eragindako gaixotasuna, birusa duen pertsona batekin kontaktu estua izatean kutsatzen dena, hitz egitean, ezul egitean, doministiku egitean... botatzen diren tanten bidez.

2

### Zein dira sintomak?



37 gradutik gorako **sukarra**

**Eztula**

**Arnasa hartzeko zailtasuna**

**Usaimena edo dastamena galtzea**

Beherakoa, eztarriko mina, giharretako minak... ohikoak ez direnak edo arrazoi ezaguna ez dutenak.

3

### Sintomaren bat badugu, zer egin behar da?



**Maskara jarri, bakartu eta osasun-etxera deitu.**

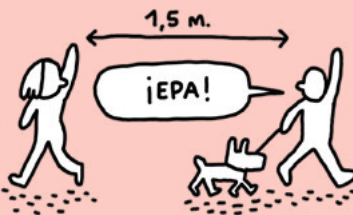
Osasun-etxearen ordutegitik kanpo, **948 290 290** zenbakira deitu.

4

### Zein dira oinarrizko prebentzio-neurriak?

SINTOMARIK IZANEZ GERO, ETXETIK EZ ATERATZEA, BAKARTZEA ETA OSASUN-ETXERA DEITZEA

**Segurtasun-distantzia gordetzea**  
beste pertsona batzuekiko, gutxienez, 1,5 metrokoa.



**Maskara erabili eta botatzea** era egokian.



**Eskuak ongi eta maiz garbitzea**, ura eta xaboia edo gel hidroalkoholikoa erabilita.

### Nola erabili maskara?

Beste prebentzio-neurri batzuen osagarria da. Gehitu egiten du, ez ordeztu.



**Nahitaez erabili behar da** garraioan, bide publikoan, aire zabaleko espazioetan eta erabilera publikoko toki itxietan, salbuespen batzuekin.



**Garrantzitsua da** eskuak garbitzea jarri aurretik, ongi egokitzea ahoa eta sudurra estaltzeko, erabiltzen den bitartean ukitzea saihestea, atzetik kentzea eta eskuak garbitzea erabili eta gero.

## ZAINDU ZAITEZ, ZAINDU GAITZAZU