

CORONAVIRUS

¿Cómo puedo protegerme?



**LÁVATE LAS MANOS
FRECUENTEMENTE**



**AL TOSER O ESTORNUDAR
CÚBRETE LA BOCA Y LA NARIZ
CON EL CODO O
CON UN PAÑUELO**

Tira el pañuelo inmediatamente y lávate las manos con un desinfectante de manos y base de alcohol, o con agua y jabón.



**MANTÉN UNA DISTANCIA DE AL MENOS UN
METRO DE LAS PERSONAS QUE TOSEN,
ESTORNUDEN Y TENGAN FIEBRE**



**EVITA TOCARTE LOS OJOS, LA
NARIZ Y LA BOCA**



**AUMENTA LA LIMPIEZA DE SUPERFICIES QUE
ESTÉN EN CONTACTO CON MANOS EN EL
HOGAR Y EN LUGARES PÚBLICOS Y MANTÉN
VENTILADO TU HOGAR Y LOS ESPACIOS DE
TRABAJO.**

KORONABIRUS

¿Zelan babestu dezaket nire burua?



**ESKUAK SARRITAN
GARBITU**



**EZTUL EDO DOMINISTIKU
EGITEAN, ESTALI AHOA ETA
SUDURRA UKONDOAREKIN EDO
ZAPI BATEKIN**

Bota zapia berehala eta garbitu eskuak
alkohol-oinarria duen eskuetako
desinfektatzaile batekin edo ur eta
xaboiarekin



**MANTENDU METRO BATEKO TARTEA,
GUTXIENEZ, EZTUL EDO DOMINISTIKU
EGITEN DUTEN EDO SUKARRA DUTEN
PERTSONENGANDIK**



**EZ IKUTU BEGIAK, SUDURRA ETA
AHOA**



**ETXEAN ETA LEKU PUBLIKOETAN ESKUEKIN
UKITZEN DIREN GAINAZALEN GARBIKETA
AREAGOTU ETA MANTENDU ZURE ETXEA ETA
LAN-ESPAZIOAK AIREZTATUTA.**