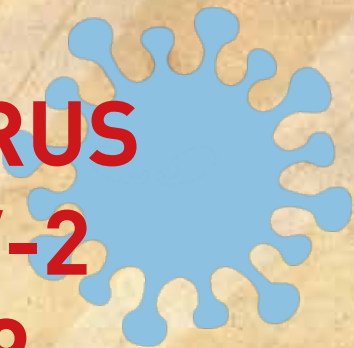


KORONAVIRUS SARS-CoV-2 COVID-19



KAJ LAHKO STORIM, DA PREPREČIM
ŠIRJENJE NOVEGA KORONAVIRUSA
(COVID-19)

SO LAHKO KERU, DA NA ŠIRINU NEVO
KORONAVIRUS (COVID 19)

SO ŠEJ KEJRAF, KHAUJ NA FERLEJŽAU U
NEJVO KORONA VIRUS (COVID 19)

SO ŠAJ TE KERA MATE ŠIRIV NEVO
KORONAVIRUS (COVID-19)

KAJ LAHKO STORIM, DA PREPREČIM ŠIRJENJE NOVEGA KORONAVIRUSA (COVID-19)

Bolezen se kaže z vročino, kašljem in občutkom pomanjkanja zraka, kar je običajno za pljučnico.



Izogibamo se tesnim stikom z ljudmi, ki imajo povišano telesno temperaturo, kihajo in kašljajo.
(Virus se širi kapljično, zato je varna razdalja 1,5 m)



Redno in temeljito si umivamo roke z milom in vodo.



Ne dotikamo se oči, nosu in ust.



V primeru, da zbolimo, ostanemo doma. Povežemo se s svojim izbranim osebnim zdravnikom, izven delovnega časa ambulanke pa z dežurno zdravstveno službo. Nato sledimo njihovim navodilom.



Upošteujemo pravila higiene kašlja.



V primeru, da voda in milo nista dostopna, za razkuževanje rok uporabimo namensko razkužilo za roke.



V zaprtih javnih prostorih uporabljamo obrazno masko ali ruto, ki prekriva nos in usta.



V času povečanega pojavljanja okužb dihal se izogibamo zaprtih prostorov, v katerih se zadržuje veliko število ljudi. Poskrbimo za redno zračenje zaprtih prostorov.



Spremljamo informacije iz strokovno podprtih, zanesljivih virov in ravnamo po priporočilih zdravstvenih strokovnjakov.

SO LAHKO KERU, DA NA ŠIRINU NEVO KORONAVIRUS (COVID 19)

Zu kaja bolezen koronavirus hili bari vročina,
kašlj i phare phude.



Natromamo ovi paše zu manuša ka len hili vročina ka
kihinen i kašljinen.
(Koronavirus pe širini pu kapljice, zaradi dova murinamo
ovi manušender proč 1metro i jekaš)



Redno i zarale peske thovamo vasta žajfaha i panjaha.



Na gurinamo peske vastenca pu jača, nak i muj.



Ako nasvaljovamo aščovamo khere.Pu telefono
zaakharamo phre doktari ako mengero doktari na ker i
onda zaakharamo pu urgencia i oni minge muthavna so
murinamo ker i.



Upoštevjuvini murinamo sar pe čače kašljini.



Nu primeri da tumen naj pani i žajfa čhiven peske
raskužilo po vasta.



Nu zaprto javno prostori men murini ovi maska šu muj ali
pa rubco ka peske čhivamo pu nak i muj.



Nu cajto ka hile but okužbe dihala (nu prsa) murinamo pe
pazini džoka da nahinjamo du zaphandle prostori ka hile
but manuša andre. Murinamo peske redno pophravi okni
da zračinamo andre du kher.



Pratinamo informacije (pu televizija,doktarinder...)i dikeri
pe murinamo dova so minge phenen.

SO ŠEJ KEJRAF, KHAUJ NA FERLEJŽAU U NEJVO KORONA VIRUS (COVID 19)

U nasvalijpe pe sikaul la vročinaha, kehgijših te i diha naučhul sar zi pljučnica.



Na troumas men igen te družijnel manušenca kas hi barejder vročijna, truskijnen te kehgijnen. (U virus pe šijrijnel kapljicenca, vašti adau sam siter donde ži meteri te ejpaš).



Amare va siter ejbik thovas le sapunjiha te paunjiha.



Na troumas minge te astaurel zu auča, nak te zu muj.



Slučajno te nasvajovas siter aučas khejr. Akhauras amau-re barbij, phukauvas leske amaro nasvalijpe. Akhur pa kejrass afka sar minge phejnel.



Siter upoštevavulijnas i higjena kehgijšeskru.



Te na men naun paunji te u sapunji, akhur amare va maukhas aunde razkužiloha vaštu va.



Andu čapijme heji pa himen siter pro muj maska vej pa khosno so gorul u muj tu nak.



Te pa hi but okužbi diha pa men na troumas te rikejrel andu čapijme khejra, khaui hi aunde but manuša. Butfaur siter zraučinass u khejra.



Saku dij oubuk dass so vakejren u godar manuša, te so vakejren priki televizija akhur pa afka kejrass sar vakejren u barbijda.

SO ŠAJ TE KERA MATE ŠIRIV NEVO KORONAVIRUS (COVID-19)

O nasvalipe si kavalpe katari temperatura, kana kujinel em kana naj tumen vazduho, so si kavola pali pljučnica



Cidaja amen kedipe maškaro manuša, sava i silen uči temperatura, save kihanje em kujinel
(O virusi džala kataro hasalipe, goleske si duripe 1,5 m)



Sa o časo tovena tumare vasta sapunesa thaj pajesa.



Na astara amare akja, amaro nak hem amaro muj.



Te sijem nasvalë, ačaja khere. Akara amare doktore em šaj dežurno ambulanta. Em džaja palo lengoro vakeripe thaj lengeri informacije.



Dikaja higiena palo kujinel.



Ko slučaj te naj amen o sapuni htaj paj, palo vasta šaj te upotrebisara o dezinfekcijsko paj palo vasta.



Ko pangle thana thaj javno koristina maska em marama, savi učarol to muj thaj o nak.



Ko časo pobut so avela epidemija em na džaja ko pangle thana, kaj si but manuša. Em dikaja o kerutno bešipe te zračilpe o than.



Dikaja thaj ašuna informacije kataro stručno manuša, thaj čačutne informacije em keraja palo lengoro vakeripe kataro medicinsko manuša.

NASVETI ZA UMIVANJE ROK

1



Roke najprej dobro splaknemo pod tekočo vodo.

2



Z milom, ki ga nanesemo po celotni površini rok, si drgnemo roke 1 minuto, po vseh predelih (dlani, hrbtišča, med prsti, palca in tudi pod nohti obeh rok).

3



Milo dobro speremo z rok z vodo.

4



S papirnato brisačo za enkratno uporabo si roke obrišemo do suhega.

Pipo zapremo s papirnato brisačo in pazimo, da se je z umitimi rokami NE dotaknemo več.

SAR PESKE THOVAMO VASTA

1



Vasta najprije lačhe keramo sapane stulu pipa.

2



Žajfaha peske čhivamo pu vasta i drgninamo 1 minuta pu sa prsti, stulu nohti miškuru prsti andrijal i avrijal pu vasta.

3



Žajfa lačhe sthovamo zur vasta panjaha.

4



Nu papirnato brisača ali pa papirnato robčko peske vasta khosamo dok men naj čist šuke. Pipa zaphandamo papirnatonaha brisačaha ali robčkoha, zaradi dova da več NA astaramo pipa vastenca.

NASVTETČA SAR TE THOFAS AMARE VA

1



Amare va sapanjauras telu paunji.

2



Sapunjiha aunde maukhas amare cile va, mouras u burnjikča, miškru angušča te telu nauja zu suduj va.

3



U sapunji sither lauče thofas tejl palu va.

4



Paprušaunaha brisača vašti enkrautni uporauba amare va khosas ži šukijpe.

I pipa čapijnas paprušutna brisačaha te oubuk das khauj buter le vastenca na astaraha uvze zi pipa.

SAVETI SAR THOVENPE VASTA

1



Maj anglal o vasta čiva thalo paj

2



E sapunesa maka šukar e vasta ko sat han, em tova 1 minuto, ko sa than ko vas (o dlano, upral kataro vas, maškaro naja, em telal o vundže).

3



O sapuni šukar tova e pajesa.

4



Lileskoro peškiri, palo jek kosipe, em kosalen dži ko šuko.

I česma panda e lileskoro peškiri em dikaja, tovde vastenca palem NA astaraja.

Prevod: Haris Tahirović, Zvonko Golobič in Janko Flisar
Grafični simboli povzeti po NIJZ.

Program financira Svet Romske skupnosti Republike Slovenije

Vec informacij na spletni strani Nacionalnega inštituta za javno
zdravje: www.nijz.si. in na spletni strani www.anglunipe.si



Nacionalni inštitut
za javno zdravje