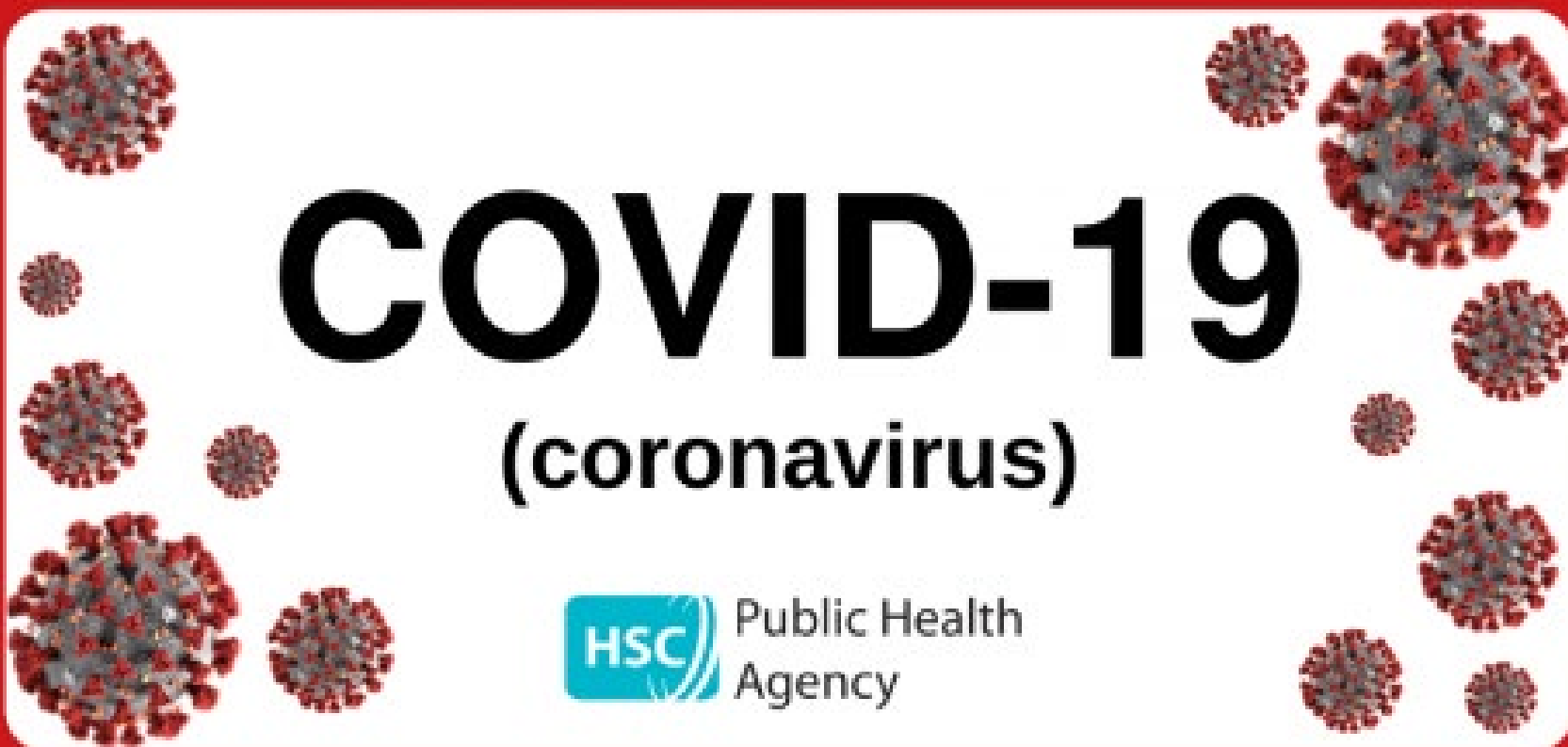


The graphic features several 3D models of COVID-19 virus particles, which are spherical with a grey core and red, spike-like protrusions. These particles are scattered around the central text, with some appearing larger than others.

COVID-19

(coronavirus)



Kas yra COVID-19 (koronavirusas)?

- Koronavirusai – tai didelė virusų šeima, paplitusi visame pasaulyje.
- Šie virusai gali sukelti lengvus simptomus, pradedant karščiavimu bei kosuliu, ir baigiant sunkesnėmis ligomis, tokiomis kaip plaučių uždegimas, dusulys ir kvėpavimo sutrikimai.
- Koronavirusas (COVID-19) pirmą kartą buvo nustatytas 2019 m. gruodį Uhano mieste, Kinijoje.
- Dabar šis virusas išplito į kitas pasaulio šalis.
- JK vyriausieji medicinos specialistai paskelbė, kad visuomenei gresia vidutinė rizika, o žmonėms – nedidelė rizika.

Kaip plinta virusas?

- Tai dažniausiai įvyksta per artimą kontaktą (per 2 metrus) su užsikrėtusiu asmeniu.
- Virusas pernešamas per lašelius užsikrėstiems žmonėms kosėjat ar čiaudint.



- Lašeliai gali tiesiogiai patekti į šalia esančių žmonių burną ar nosį arba būti įkvėpti į plaučius.



- Kai kurie žmonės gali užsikrėsti palietę užterštą paviršių ar daiktą ir tada palietę savo burną, nosį ar akis. Pavyzdžiui, paliesdami durų rankeną ar pasisveikindami rankomis ir tada paliesdami savo veidą.

Ką galiu padaryti, kad apsisaugočiau?

- Kasdien dažnai plaukite rankas kiekvieną kartą 20 sekundžių su muilu ir vandeniu arba naudokite rankų higieninį gelį, ypač, kai:
 - grįžtate namo arba ateinate į EOTAS
 - pučiate nosį, čiaudite ar kosėjate
 - ruošiatės valgyti ar tvarkote maistą
 - naudojate tualetu
- Stenkitės neplautomis rankomis neliesti akių, nosies ir burnos
- Venkite artimo kontakto su žmonėmis, kurie jaučiasi prastai



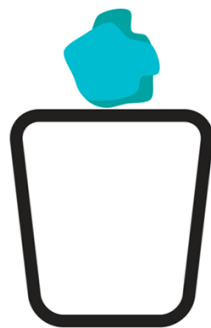
„Vimeo“ visuomenės sveikatos agentūros angl. Public Health Agency) „Rankų higienos vaizdo įrašas COVID-19“.

Vaizdo įrašą rasite apsilankę <https://vimeo.com/396666812>

Jej kosējate arba čiaudite



CATCH IT.



BIN IT.



KILL IT.

Koronaviruso simptomai

- Jei prastai jaučiatės ir turite **aukštą temperatūrą** ir (arba) **pastoviai kosėjate**:
- pasakykite savo tėvams arba darbuotojams
- ieškokite patarimų visuomenės sveikatos (angl. Public health) tinklalapyje
- skambinkite gydytojui – nevykite pas gydytojus, į ligoninę ar vaistinę
- laikykitės gydytojo patarimų ir septynias dienas būkite namuose

Ką darysime, kad jums padėtume?

- Padėsime jums suprasti, kas yra koronavirusas ir kaip apsisaugoti
- Priminsime, kad reikia dažnai plauti rankas
- Palaikysime švarą ir tvarką centre
- Reguliariai valysime ir dezinfekuosime dažnai liečiamus daiktus ir paviršius
- Informuosime jus ir jūsų šeimą apie visus visuomenės sveikatos agentūros (angl. Public Health Agency) pakeitimus ir patarimus
- Toliau dirbsime kaip įprasta, kol mums bus nurodyta kitaip
- Padėsime išlaikyti darbą, jei turėsime centrą uždaryti

Jei turite klausimų,
pasikalbėkite su personalo nariu



**KEEP
CALM
AND**



**WASH
YOUR HANDS**

