

KOR  NABIRUSA

Zukati ta danokati,
MASKARA BETI



2 metro
ta
eskuk garbi

Covid-19 birusak gurean jarraitzen duela erakutsi digu azken asteetan. Zaldibiako Udaletik, eskuorri honen bidez, ohar eta nozio garrantzitsuenen berri eman nahi dizuegu, lagungarri izango zaizuelakoan.

Norbera zaindu eta babestea, denok zaindu eta babestea delako. Aurrean dugun erronka handi hau elkarrekin gainditu behar dugulako. Eutsi goiari eta zaindu!

AURRE HARTU

1. Distantzia fisikoa mantendu zurekin bizi ez direnekiko.
2. Eskuak maiz eta ondo garbitu.
3. Maskara jantzi publikoari irekitako lekuetan (batez ere leku itxietan).
4. Saihestu jende pilaketak, batez ere antolatu gabeak direnak.
5. Sintomei adi egon: kalentura, eztula, arnas hartzeko arazoak...

ZER EGIN FOKO BATEAN EDO KUTSATUTAKO NORBAITEKIN EGON BAZARA?

Prest egon behar dugu, pausuak ondo jakin eta zorrotz bete.

- 1.- ETXEAN BAKARTU: bakarrik logelan edo familia osoa etxean.
- 2.- Osasun Zentrura DEITU eta PCR froga egiteko eskatu.
- 3.- FROGA EGIN eta emaitza jaso arte etxean bakartuta jarraitu.
4. UDALERA DEITU: egoeraren berri eman zerbitzuak martxan jarri eta herrian neurriak hartu edo ez baloratu ahal izateko.
5. Frogaren EMAITZA JASO eta Osakidetzako irizpideak zuzen bete, hori bete ahal izateko laguntza eskatu Udalean.



EZTULA



**EZTARRIKO
MINA**



**SUKARRA
37° BAINO
GEHIAGO**



**ARNASA
HARTZEKO
ZAITLASUNA**



**USAINENAREN
GALERA**



**ETXEAN
GERATU ZAITEZ.**
KUTSATUTA EGON
ZAITEZKE



**ZURE OSASUN
ZENTROAREKIN
HARREMANETAN
JARRI**

ORDIZIAKO OSASUN ZENTROA: 943 00 76 35
ZALDIBIAKO UDALA: 943 88 03 57

MASKARAK: ZEIN ETA NOLA?

Uztailaren 16tik aurrera leku publikoetan eta publikoari irekitako leku guztietan maskara erabiltzea derrigorrezkoa da. Komeni zaigu, ordea, bidelagun izango dugun elementu hau ondo ezagutu eta erabiltzea, denbora luzez edukitzen baitugu gure aho-sudurraren gainean.

Martxoan ez bezala, mota askotakoak ditugu gaur egun eskuragarri. Ideia batzuk kontuan hartzea komeni da:

MASKARA ez da isunik ez izateko janzten. Maskara gure listu jariora beste pertsonengana ez botatzeko da, ELKAR BABESTEKO, alegia.

Zentzua ulertu eta ongi erabiltzen ikastea komeni da, bestela babestu ordez kaltea eragingo digu.

MASKARA MOTAK (ohikoenak):

KIRURGIKOAK: 4-8 orduz erabili eta bota beharrekoak, errefusara.

FFP2 eta FFP3: Denbora tarte mugatuan erabili daitezke, gure osasunean duten eraginagatik. Balbuladunik ez erabili.

OIHALEZKOAK: elkarri jositako bi oihal, tartean filtroa dutelarik. Filtroa bota egin behar da dagokion erabileraren ondoren eta oihalak 60°C-tik gora garbitu behar dira egunero.

Edozein dela ere, eskatu informazioa eta zorrotz bete jarraibideak.



NOLA JARRI, KENDU ETA GORDE?

- SOKETATIK HELDUTA jarri eta kendu behar da, sudurretik okotzera ondo zabalduz, sudurra eta ahoa estaliz.
- Maskara ez da eskuekin gora eta behera ibili behar, ez buruan ezta okotz azpian eduki behar ere.
- HEZEA DAGOENEAN AIREZTATU egin behar da eta gordetzeko egokienak paperezko edo oihalezko zorroak dira.



Besteak babesteaz gain, zaindu zu ere, egoki erabili maskara!

ZALDIBIAKO UDALA, ZURE ONDOAN

Mundu mailako pandemia bizitzen ari garen honetan, Zaldibiako Udalak herritarrengandik gertu egon eta sortzen diren beharrei erantzuna bilatzeko konpromezua du, herri-babesa sustatuz eta antolatuz.

Hainbat dira martxan jarritako ekimen eta zerbitzuak:

BERROGEIALDIAN
dauden etxeetatik
HONDAKINAK JASOTZEKO
ZERBITZUA

BERROGEIALDIAN
dauden etxeetara
LEHENGAIK BANATZEKO
ZERBITZUA

HERRIKO OSTALARI
eta KOMERTZIANTEEN
JARDUERA BULTZATZEKO
EKIMENAK

INFORMAZIOA
MODU ZUZENEAN
JASO ETA BIDALTZEKO
BIDEAK

Zaldibia herri bizia!

LAGUNTZA ZUZENAK
egoera zaurgarrienean
DAUDEN
HERRITARRENTZAT

BOLONDRES SAREA
antolatuta eta prest
EGOERAK ESKATZEN
DUENERAKO



ZALDIBIAKO UDALA
www.zaldibia.eus

