



Departamentu di Salubridat Públiko –  
Boneiru

Apresiabel señor(a),

Bo ta haña e karta akí komo ku bo tin e vírùs di Corona.  
Les a karta aki bon; den esaki tin informashon importante.

Bo mester **keda kas**, pasobra bo por ta kontagioso pa otro.  
Tur hende ku ta biba den kas huntu ku bo tambe mester keda kas.  
Podisé bo a kontagiá nan ku e vírùs di Corona.  
Asina aki e vírùs no por sigui plama.

Den e karta akí tin **regla** na kua bo mester tene bo mes.  
Tin biaha esaki por ta hopi difísil.  
I esaki tin influensia riba bo bida normal.  
Pero ta importante si ku bo ta sigui e reglanan.

**Reglanan pa otro hendenan ku ta biba den bo kas:**

Tur hende ku ta biba den kas serka bo mester **keda kas te na e momentu ku Departamentu di Salubridat Públiko anunsia nan ku nan por sali bek.**

Nan ta haña un otro karta ku regla.  
Ta importante ku nan ta sigui e reglanan akí.  
Asina e vírùs no por sigui plama.

## Reglanan ora bo tin e vírùs di Corona

### Keda kas i no risibí bishita

- Bo no tin mag di bai pafó, bai skol, bai kumpra kos òf bai traha.
- Sí bo tin mag di sinta den bo kurá di kas òf den bo balkon.
- Ningun hende no mag di bin bishitá bo, solamente pa asistensia médiko (por ehèmpel dòkter di kas, GGD).
- Solamente e hendenan ku ta biba serka bo, por ta huntu ku bo den kas.



Bo tin mester di yudansa médiko? E ora ei no bai dòkter di kas òf hòspital. Bèl bo dòkter promé. Bisa e dòkter ku bo tin e vírùs di Corona.

### Pa kasonan di urgensia, bèl 911 mesora.

*Bo mester di kuido di dòkter di kas?*

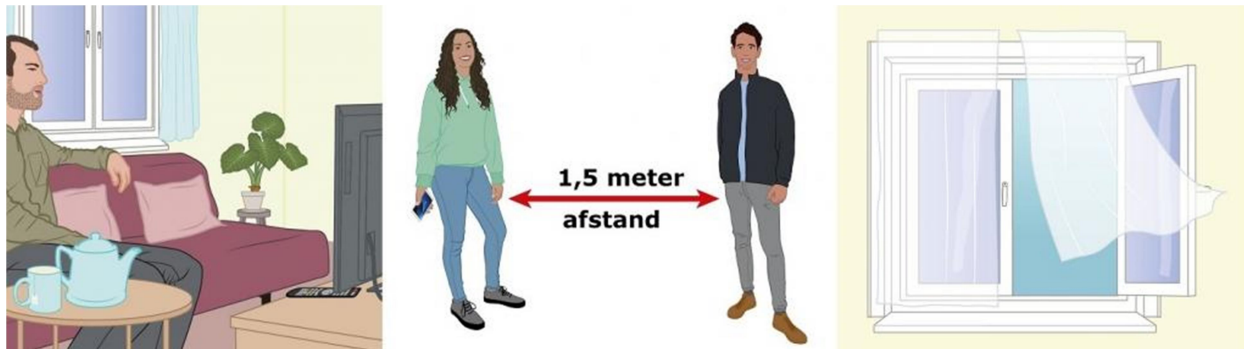
- pa kuido ku no por warda te e siguiente dia di trabou, bèl e pòst di dòkter di kas/huisartsenpost (+599) 717 0111 (dia di trabou 18.00-0.00; fin di siman 08.00-0.00) òf Sala di Emergensia di hòspital di Fundashon Mariadal (+599) 715 8900 (tur dia entre 0.00-08.00).
- pa kuido ku si por warda te e siguiente dia di trabou, bèl bo propio dòkter di kas.
- den kaso ku bo no tin un dòkter di kas propio, komo pasante bo por akudí na tur ofisina di dòkter di kas (mira e lenk aki bou).

*Lenk pa lista i informashon di kontakto ofislanan di dòkter di kas na Boneiru:*

<https://www.rijksdienstcn.com/covid-19/preventiemaatregelen/contactgegevens-huisartsen>

E departamentu di Salubridat Públiko ta bèl bo vários biaha durante e dianan ku bo ta keda kas, pa tende kon ta bai ku bo. E departamentu di Salubridat Públiko ta aksesibel via number di telefòn 0800-0800.

### Kon mi ta anda ku hendenan ku ta biba serka mi den kas?



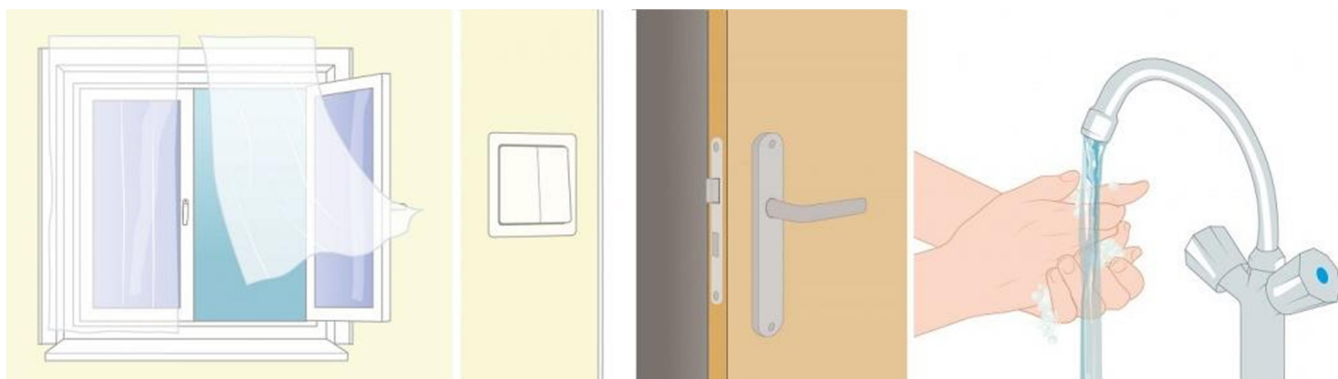
- Keda mas tantu posibel den bo propio kamber. Ei bo ta drumi tambe i bo ta drumi bo so.
- Otro hendenan den kas ta bin lo ménos posibel den bo kamber.
- Bo ta lo ménos posibel serka otro hende den kas den besindario.
- Bo ta keda riba un distansia di 1,5 meter for di otro hende den kas. Pues no brasa, no sunchi i nada di sèks.
- Usa bo propio bestèk, tayó, beker i glas apart.
- Usa bo propio skeiru di djente.
- Usa bo propio sèrbètè apart.
- Bo tin mas baño i WC den kas? Usa e ora ei un otro WC i un otro baño ku e hendenan ku ta biba serka bo.
- Bo tin 1 WC i 1 baño den kas ku bo ta kompartí ku otro? E ora ei limpia e WC i baño tur dia ku produkto di limpieza normal.
- Habri un bentana den e kambènan ku bo ta usa un par di biaha pa dia pa 30 minüt. Asina bientu fresku ta drenta.

## Tosa i nister den bo èlebog i laba man



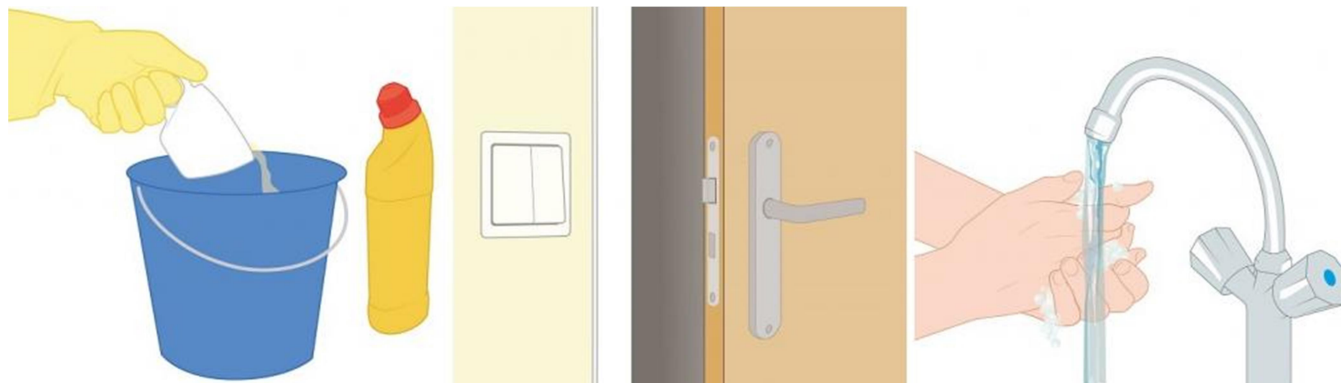
- Laba bo mannan regularmente ku awa i habon. Hasi esaki semper:
  - despues di tosa i nister
  - despues ku bo a bai WC
  - despues di limpia i drecha kas
  - promé ku kushiná i kome.
- Usa un lensu di papel pa tosa.
- Bo no tin lensu di papel? Tosa e ora ei den bo èlebog.
- Usa un lensu solamente 1 biahe i benta e lensu den baki di sushi. Despues laba bo mannan.

## Sòru pa un kamber limpi



- Keda mas tantu posibel den un kamber apart.
- Habri un bentana den e kamberran ku bo ta algun biaha pa dia pa 30 minüt. Asina bientu fresku ta drenta.
- Limpia baño i WC tur dia. Limpia tambe kranchi, suich di lus i man di porta.
- Laba bo mannan despues ku awa i habon.

## Sòru pa un kas limpi



- Si por, limpia e ora ei bo propio kamber i baño. Hendenan huntu ku bo den kas ta limpia e otro kambenan den kas.
- Limpia promé e kosnan ku bo ta usa hopi tur dia, manera mesita di anochi, man di porta i suich di lus.
- Limpia promé ku produkto di limpiesa normal.
- Limpia despues tur loke bo ta mishi hopi ku bo man ku kloròks. Manera flùsh di wc, man di porta i suich di lus.  
Usa pa esaki un hèmber ku 5 liter di awa. Pone den esaki un kòpi di kòfi ku kloròks.
- Despues laba mesora e paña ku bo a usa pa limpia.
- Despues laba bo mannan ku awa i habon.

## Sòru pa tur kos ta limpi

- Sòru ku otro hende no ta mishi ku bo pupu, skupi, katara, sodó i urina.
- Tira bo paña sushi den un makutu di paña sushi apart.
- Laba si ta posibel na 40 grado, ku un programa di laba completo i ku habon normal.
- Laba bo tayó apart for di otro tayó, ku habon di laba tayó i awa kayente.
- Tira sushi den un saku di sushi apart den bo mes kamber. Si e ta bon será, por tira e saku sin mas den konteiner di sushi.