



Departamentu di Salubridat Públiko –
Boneiru

Apresiabel señor(a),

Bo ta haña e karta akí komo ku bo tin e vírùs di Corona. Lesa e 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.

Kòrda Informá bo dòkter di kas riba e 1 dia i dòkter di seguro riba e di 3 dia ku bo ta den isolashon. Bo por yama dòkter di seguro riba number +599 7810391 (WhatsApp).

Reglanan pa otro hendenan ku ta biba den bo kas.

Tur hende ku ta biba den kas serka bo mester keda. 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 asistencia 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.

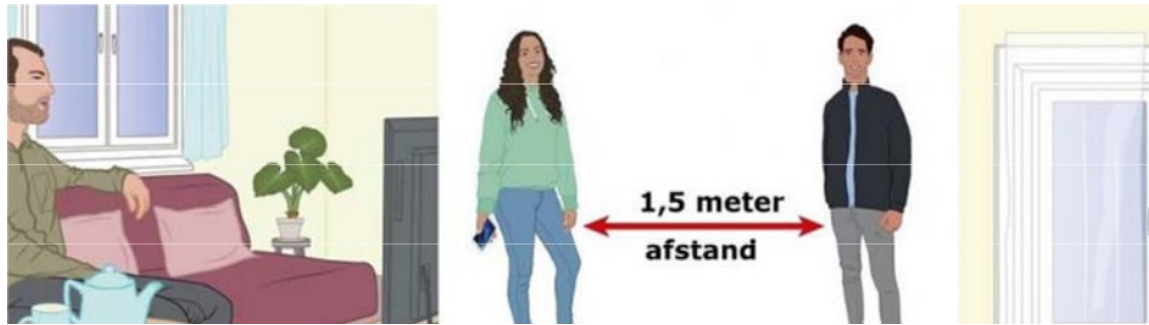
Bo mester di kuido di dòkter di kas?

- 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 ofisinnan di dòkter di kas na Boneiru:

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

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



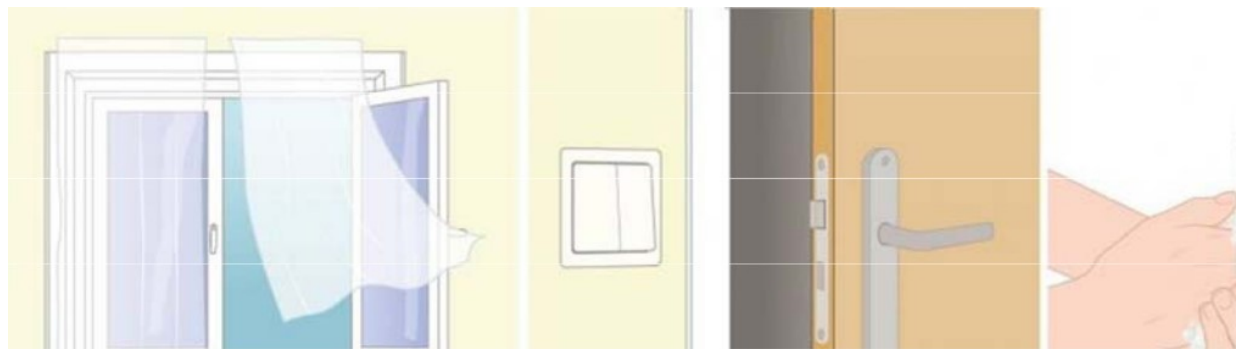
- Keda mas tantu posibel den bo propio kamber. Ei bo ta drumi tambe i bo ta drumi bo so.
- Otro hendenan den kas ta bin lo ménos posibel den bo kamber.
- Bo ta lo ménos posibel serka otro hende den kas den besindario.
- Bo ta keda riba un distansia di 1,5 meter for di otro hende den kas. Pues no brasa, 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 limpiesa normal.
- Habri un bentana den e kambènan ku bo ta usa un par di biaha pa dia pa 30 minüt. Asina bientu fresku ta dreña.

Tosa i nister den bo èlebog i laba man



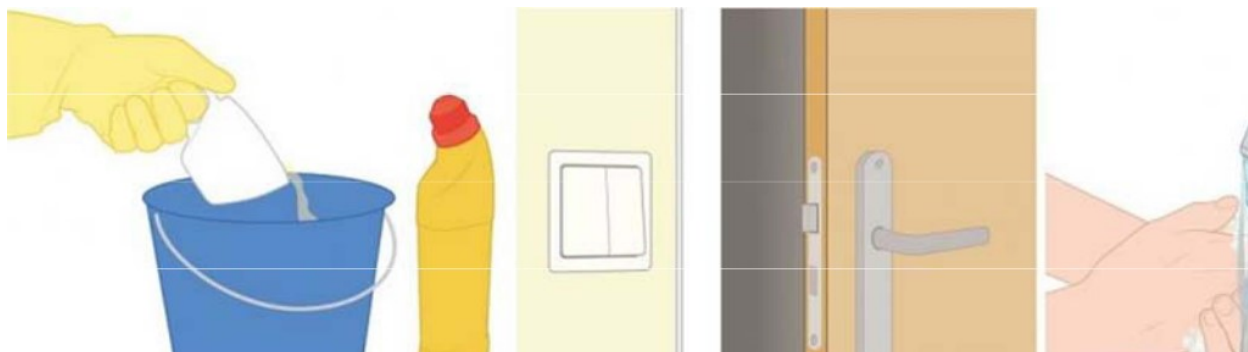
- Laba bo mannan regularmente ku awa i habon. Hasi esaki semper:
 - despues di tosa i nister
 - despues ku bo a bai WC
 - despues di limpia i drecha kas
 - promé ku kushiná i kome.
- Usa un lensu di papel pa tosa.
- Bo no tin lensu di papel? Tosa e ora ei den bo èlebog.
- Usa un lensu solamente 1 biahe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