

VOORKOMING VAN DIE VERSPREIDING VAN COVID-19

AFRIKAANS

DAAR IS GEEN REDE OM PANIEKERIG TE RAAK NIE. MAAR AS ON SAAM DIE REGTE VOORSORGMAATREËLS TREF, KAN ON S DIE VERSPREIDING VAN COVID-19 STOP. VOLG HIERDIE RIGLYNE.



**AANBID BY
DIE HUIS
ASSEBLIEF**

Moenie dienste in die moskee of kerk gedurende hierdie tyd bywoon nie. Byeenkomste van baie mense is 'n gesondheidsrisiko. Byeenkomste van meer as 100 mense is tans in Suid-Afrika verbode.



**WAS JOU HANDE
GEREELD**

Was jou hande vir ten minste twintig sekondes met seep en water. Was jou hande so gereeld as moontlik.



**HOU AFSTAND
VAN ANDER**

Behou 'n veilige afstand tussen jouself en ander persone. Waar moontlik, probeer asseblief om 'n afstand van tussen 1-2 meter van ander persone te handhaaf.



**MOENIE JOU GESIG
AANRAAK NIE**

Moenie aan jou gesig raak, veral jou neus, mond en oë, met ongewaste hande.



**MOENIE HANDE
SKUD NIE**

Moenie hand skud of mekaar aanraak wanneer jy groet nie. In plaas van hand skud groet mekaar met 'n eleamboog kus.



**BEDEK WANNEER JY
HOES OF NIES**

As jy hoes of nies, bedek jou neus met 'n sneesdoekie (en gooi dit weg daarna). As jy nie 'n sneesdoekie byderhand het, hoes of nies in jou gebuigde elmboog.



BLY TUIS

As jy simptome ontwikkel, bel Tolvrye Hotline op 0800 029 999.

For reliable information and updates, visit www.sacoronavirus.co.za.

This information was collated by The Scalabrini Centre of Cape Town from governmental resources.