

Hun çawa maskeyek hîjyenê (paqijîyê) rast bikar bînin.

Ji gulana sala 2020-an virde de li Swîsre de Firoşgehan, marketan, muzeyan, pirtûkxaneyan û dibistana mecbûrî (baxce zarokan + dibistanên seretayî û dibistananavîn) jinuve hatin vekirin. Piraniya cihên din dê di puşberê (hezîrana) sala 2020-an de dîsa vebibin. Lêbelê, jiyana êdî ne wekî ya berê ye.

Em giştî di nav jiyaneke normal a nû de dijîn: Divê vîrusa Korona xwe dîsa xurtir belav neke. Ji ber vê yekê divê hemû kesên li Swîsre bin li gora rezikên (quralên) jiyana xwe berdewam bikin:

- Pêwîste ku herkes mesafeye xwe ji kesên din bigre. Herî baş ji 2 metreyan zêdetir. Ev yek di heman demê jibo 2 kesen bi hev re bin ji divê bînin bikar anin.

Di hinek rewşan de, baş e ku mirov bi maskeyek dev û pozê xwe bigre:

- Hûn nikarin 2 metro ji kesên din re xwe dûr bigrin. Wekî mînak di wesayîtan konguhêzên da (otobus, tram, trêna).
- Hûn li cîheke ne, daku pewiste hûn maskeyek bikar binin. Wekî mînak li cem berberan.

Nîşanên jibo maske

- Maskeyek li hember enfeksiyona vîrusa Korona ya nû de naparêze.
- Lêbelê, maskeyek dikare kesek sax li ber kesên ku bi ev nexweşîyê ve ketine biparêze (Ji belavbuna nexweşîyê heta destpêka nexweşî 5 heta 14 rojan pewiste . Kesek ku hîn jî tendurist xuya dike û xwe baş dihesse dibe ku hew nexweş be jî).
- Kesên bi rî jî dikarin maskeyek bikar bînin. Ê girîng e ku poz û dev were girtin.
- Kesên bi berçav jî dikarin maskeyek bikar bînin. Maske e were ser poz û berçav ji were li ser maske.
- Jibo zarokan maske ne pewiste.

Girîng e ku hûn maske rast bikar bînin

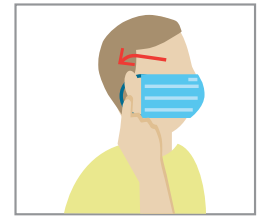
1. Berî ku maske xwekin û derxin hertim destên xwe baş bişon.



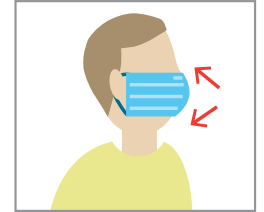
2. Maske li kêlekê an jî aliya elastîkî an jî li bendan ve bigrin û pêşî li dev û pozê xwe bigirin. Hundirê maske bi piranî spî ye, derveyî bi rengîn e (wekî mînak kesk an jî şîn). Ger hêbe , hêla ku hişk û xwar dibe û poz xweş digre were jor.



3. Lastikên Maske li pişt guhên xwe bikişînin an ji bendê maske li pişte serê xwe girêdin. Pêwiste ku maske li rûyê xweş bigre.



4. Maske li ser pozê û li binê çenikê bikişînin.



5. Kêleka Maske ye ku hişk dibe baş lir ser pozê da xwar bikin (ger hebe).



6. Bi vî rengî maske rast cihe xwe digre.

Ji bo kesên bi berçawk girîng e ku: destpeke mask u ji duva berçawk xwe lekin. Çenik û rî dikarin bandora maskê kêmkarin bikin.



7. Wexte ku hun maske bikar tînin, destên xwe nedin li ser dev û pozên xwe.



8. Dema ku maske bi nefesa we şil bu, pêwiste ku bê guhartin.



9. Piştî bikar anîna maskê bi baldarî li ruyê xwe derxin û ji lastikên an jî ji bendan bigrin.



10. Maskeyên ku hatine bikar anîn divê ku mirov biaveje copê. Maskeyên kevn divê li der dorê nemînin.

