

Manatiling Ligtas, Manatili sa Bahay

Mga kamay at mukha

- Huwag umubo o bumahing sa iyong mga kamay
- Takpan ang iyong ilong o bibig gamit ang tisyu, pagkatapos ay itapon ito at hugasan ang iyong mga kamay.
- Kung wala kang tisyu, umubo o bumahing sa iyong siko o manggas ng damit.
- Hugasan ang iyong mga kamay pagkatapos suminga, umubo, bumahing, o gumamit ng banyo.
- Iwasang hawakan ang iyong mga mata, ilong, at bibig gamit ang mga kamay na hindi nahugasan.
- Magsuot ng mask sa mukha

Paninirahan kasama ang ibang tao

- Kailangan mong manatili sa isang kuwarto na hiwalay sa ibang tao hangga't maaari. Matulog sa isang hiwalay na silid tulugan at gumamit ng hiwalay na banyo kung available.
- Hindi mo dapat payagang pumasok ang ibang tao sa inyong bahay kung hindi sila doon nakatira, maliban kung nagbibigay sila ng medikal at personal na pangangalaga o tulong sa sambahayan.
- Tiyaking manatili nang hindi bababa sa 1.5 metrong layo mula sa ibang tao sa bahay.
- Available ang mga opsyon sa matutuluyan (tingnan ang nasa ibaba).

Pananatili ng kalinisan ng iyong bahay

- Regular na linisin ang mga bagay – mga telepono, mga hawakan ng pinto, mga pindutan ng ilaw at mga upuan.
- Alisin ang mga dumi at mikrobyo gamit ang sabong panlinis.
- I-disinfect ang lahat ng bagay.
- Huwag ipagamit sa iba ang mga inumang bote, baso, babasagin o mga kubyertos sa iba maliban sa mga taong kasama mo sa bahay.

Pananatili sa Bahay

- Kailangan mong ibukod ang iyong sarili hanggang makatanggap ng sertipikasyon mula sa Department of Health and Human Services

Mga pangunahing paraan ng pakikipag-ugnayan:

Pangkalahatang Hotline: 1800 675 398

Pangsuportang Hotline ng Colac kaugnay ng COVID: 5232 9440 (para sa mga pagkain at gamit sa sambahayan)

Matutuluyan: 1300 651 160