

OPŠTE PREPORUKE ZA SPREČAVANJE ŠIRENJA KORONA VIRUSA

- Preporučuje se često pranje ruku toplom vodom i sapunom u trajanju od najmanje od 20-60 sekundi, a obavezno nakon posete bilo kog javnog mesta, vozila, dodirivanja kvaka na vratima, novca, kancelarijske opreme za javnu upotrebu, pre jela i pripreme hrane, posle jela, nakon povratka kući sa ulice prati ruke i lice sapunom. Na koži virus ostaje aktivan 10 minuta
- U situacijama kada nije moguće pranje ruku, iste treba održavati upotrebom dezinfekcionog gela ili 70% alkohola.
- izbegavati dodirivanje lica, očiju, nosa i usta
- pri kašljanju i kihanju pokrivati nos i usta maramicom papirnom koje nakon upotrebe obavezno bacati u korpu za otpatke i ruke odmah prati ili dezinfikovati
- unositi dosta tečnosti i redovno ispirati grlo – preporučuje se unošenje tečnosti na svakih 15 minuta
- preventivno kontrolisati temperaturu – preporučuje se kontrolisanje temperature svaki dan pre odlaska i nakon povratka posla
- obavezno nošenje maski u zajedničkim prostorijama.
- izbegavati rukovanje
- ne dodirivati golim rukama rukohvate, druge površine i predmete na javnim prostorima – u kontaktu sa metalom virus opstaje 12 sati
- održavati udaljenost od minimum 2m od sagovornika ili prilikom socijalnih interakcija
- izbegavati bliski kontakt sa svima koji pokazuju simptome respiratornih bolesti (kašalj, kihanje – virus se širi na udaljenosti od oko 3m)
- izbegavati posete posebno ljudi za koje se sumnja/zna da su sošli iz inostranstva, pogotovo iz žarišta infekcije
- redovno provetravanje prostorija u kojima se boravi
- svi koji sumnjaju da su zaraženi ili imaju simptome (temperatura, kašalj, kratak ili otežan dah i druge tegobe) ostanu kod kuće i javiti se epidemiologu na brojeve telefona objavljene na sajtu [covid19.rs](https://www.gov.rs/covid19)
- i ostale mere po preporuci i nalogu Vlade RS.
-

NAZIV USTANOVE	ADRESA	KONTAKT TELEFON
Gradski zavod za javno zdravlje Beograd	ul. Bulevar Despota Stefana br. 54a, Beograd	011/207-8672; 207-8673; 207-8677; 064/850-30-57
Zavod za javno zdravlje Zrenjanin	ul. Emila Gavrila br. 15, Zrenjanin	023/566-345 I KONTAKT CENTAR 19819
Gradski zavod za javno zdravlje Vojvodine	ul. Futoška br. 121, Novi Sad	064/802-8894 064/8028-895; 064/8028-896