



Я ХОРОШО СЕБЯ ЧУВСТВУЮ

Я не контактировал ни с кем, у кого был положительный тест на Ковид-19.



Я соблюдаю обычные меры предосторожности, предписанные Федеральным управлением здравоохранения (OFSP), в частности:

- часто мою руки,
- держу дистанцию 2 метра от собеседников,
- запрет на группирование более 5 человек.



Если я человек **из группы риска**, то я остаюсь дома, насколько это возможно, и не вступаю в контакт с больными людьми.

Я живу с человеком, у которого положительный результат теста на Ковид-19, или близок к нему.



Я изолируюсь **на карантин** на 10 дней.



Если появляются симптомы болезни: обратитесь к правой части документа «У меня кашель и/или температура».



Если симптомов нет, я возвращаюсь к нормальному образу жизни и соблюдаю обычные меры предосторожности, предписанные Федеральным управлением здравоохранения (OFSP), тем более, если я являюсь человеком из группы повышенного риска считается уязвимым.



ЛИЦА ГРУППЫ РИСКА

- 65 лет и старше
- Страдающие от:
 - высокого кровяного давления
 - диабета
 - сердечно-сосудистых заболеваний
 - хронических респираторных заболеваний
 - иммунодефицита вследствие болезни или терапии
 - рака

КОВИД-19 КОНТАКТНЫЕ НОМЕРА

Горячая линия в Невшателе:

032 889 11 00

Горячая линия в Швейцарии:

058 463 00 00

Первичный селекционный пункт:

032 886 88 80

с 08:00 до 17:30 по будням, с 09:30 до 17:30 по субботам и с 09:30 до 12:00 по воскресеньям.

Дежурные врачи:

0848 134 134

Горячая педиатрическая линия:

032 713 38 48

Скорая помощь:
112

Для оценки вашего риска:
coronacheck.ch

*Все подробности об изоляции, карантине и многую другую информацию можно найти на сайтах Федерального ведомства здравоохранения (OFSP):

www.ofsp-coronavirus.ch
www.ne.ch/coronavirus

Эта инструкция и информация действительны в кантоне Невшатель (Швейцария).

Ситуация на 24 марта 2020 года.



Я КАШЛЯЮ И/ИЛИ У МЕНЯ ТЕМПЕРАТУРА

Я не принадлежу к лицам группы риска



По собственной инициативе я изолируюсь **дома в течении 10 дней минимум**, и я смогу вернуться к нормальному образу жизни через 48 часов после исчезновения всех симптомов. Для оценки вашего риска: **coronacheck.ch**



Если состояние **здоровья ухудшается**, я обращаюсь в первичный селекционный пункт по телефону **032 886 88 80** (см. часы работы слева). Мне назначат приём в одном из восьми центров кантона.

Я принадлежу к лицам группы риска или я сотрудник медперсонала



Я позволю по **032 886 88 80** (см. часы работы слева). Мне назначат приём в одном из восьми центров кантона.



На месте решат, если:

- Я должен быть **госпитализирован**,
- я должен **оставаться дома** с регулярным медицинским контролем,
- если моя ситуация требует **обследования**.