

Püsi kodus ja pea meeles hoolikat käte- ja köhimise hügieeni.

Koroonaviiruse taltsutamiseks on Helsingi linn vastu võtnud järgmised otsused ja soovitused elanikele.

- **Välidi sotsiaalseid kontakte.** Igaüks peaks vastavalt võimalustele püsima kodus. See tähendab näiteks, võimaluse korral kodus töötamist. Avalikud kogunemised piiratakse kümne inimeseni ja tarbetut viibimist avalikes kohtades tuleks vältida.
- **Kui pead kodunt väljuma,** püsi kahe meetri kaugusel teistest.
- **Üle 70 aastased peavad püsima kodus.** Lähedastega võib olla ühenduses telefoni teel või teiste elektrooniliste sidepidamisvahendite abil. Kui käid poes eaka lähedase eest, jäta toiduostud ukse taha väljapoole.
- **Pea meeles õige käte- ja köhimise hügieen,** eriti avalikes kohtades. Pese käsi seebiga vähemalt 20 sekundit. Köhides või aevastades kasuta taskurätikut või aevasta varrukasse küünarvarde – mitte kunagi paljastele kätele.
- **Kui sul on kergeid gripi sümptomeid, jää koju!** Enamik koroonaviirusega nakatuneist paraneb pärast nädalast kodus puhkamist, ilma arsti abita.
- **Kui sinu üldseisund on nõrgenenud, palavik on kestnud pikemat aega ja esineb hingamisraskuseid,** helista Helsingi Koroonaviirus nõuandeliinile tel 09 310 100 24 (argipäeviti kl.7-20). Muudel aegadel helista Valveabisse, tel.116 117.
- **Võimalusel väldi ühistranspordi kasutamist.**
- **Põhi-, kesk-, ja kutsehariduskoolide auditoorne õppetöö on katkestatud** ning õpetustöö toimub kodus kaugõppe abil. Põhikooli 1-3 klassi õpilased võivad osaleda kooli auditoorses õppes kuid soovitame tugevalt võimaluse korral kõigil kaugõppes püsimist .
- Lasteaiad püsivad avatuna kõigile päevahoidu vajavatele. Epideemia aeglustamiseks siiski **soovime et need lapsed, kelle vanemad suudavad hoida lapsi kodus, oleksid koduhoius.**
- **Kõik Helsingi linna kultuuri ja vaba-aja teenused on praegu suletud.** See tähendab, et näiteks raamatukogud, spordirajatised, ujulad, muuseumid, kultuuri- ja noortekeskused on hetkel suletud.