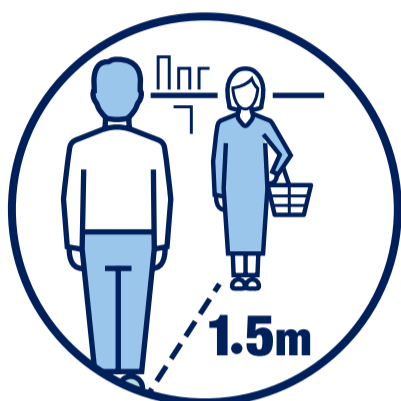


# Μείνετε ασφαλείς εσείς και οι αγαπημένοι σας



Κρατήστε 1.5 μέτρο απόσταση ή δύο μεγάλα βήματα μακριά από άλλα άτομα



Ακολουθήστε τους κανόνες της NNO (NSW) για συγκεντρώσεις και δραστηριότητες (ατομικά και επαγγελματικά). Ακολουθήστε τις συμβουλές και αποφύγετε τα σημεία με υψηλό αριθμό περιστατικών COVID-19.



Μην πηγαίνετε σε μεγάλες οικογενειακές συγκεντρώσεις. Μπορείτε να συναντηθείτε με μια μικρή ομάδα



Μείνετε ασφαλείς όταν είστε εκτός σπιτιού. Πάρτε απολυμαντικό χεριών μαζί σας. Να καθαρίζετε συχνά τα χέρια σας



Όχι χειραφίες, αγκαλιές ή φιλιά με άτομα που δεν μένουν μαζί σας



Μείνετε σπίτι αν νιώθετε αδιάθετοι. Κάντε την εξέταση εάν έχετε συμπτώματα. Αποφύγετε να έχετε επαφή με άλλους μέχρι να είστε καλά

## Τα συμπτώματα του COVID-19 είναι



Πυρετός



Βήχας



Πονόλαιμος



Δυσκολία στην αναπνοή



Απώλεια όσφρησης



Απώλεια γεύσης

## Μείνετε ασφαλείς



Καθαρίστε τα χέρια σας καλά για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα με σαπούνι και νερό, ή με αντισηπτικό χεριών με βάση το αλκοόλ



Καλύψτε τη μύτη σας και το στόμα σας όταν βήχετε και φτέρνιζετε με ένα χαρτομάντιλο ή στο εσωτερικό του αγκώνα σας. Πετάξτε το χαρτομάντιλο στα σκουπίδια και πλύνετε τα χέρια σας