

COVID-19 Stare de necesitate

Informatii despre virus si despre situatia in Elvetia

Guvernul elvetian a anuntat starea de necesitate in toata tara. Toate restaurantele, scolile, magazinele si centrele sportive sunt inchise. Raman deschise magazinele de mancare si farmaciile. Guvernul ne asigura ca dispune de stocuri suficiente de produse alimentare. Toate persoanele trebuie sa ramana acasa, cu exceptia celor care trebuie sa mearga la munca.

Trebuie sa aplicam cu totii masurile de igiena si de protectie hotarate de guvern. Trebuie sa ne protejam si in acelasi timp trebuie sa-i protejam pe cei din jurul nostru. Astfel evitam propagarea virusului si ajutam spitalele sa faca fata crizei. Daca nu respectam aceste masuri, multi oameni vor muri pentru ca nu vor fi suficiente locuri in spitale.

Ce trebuie sa facem ?

+ Ramaneti acasa

- Daca iesiti sa luati aer, iesiti in locuri unde nu e nimeni (nu la Ouchy...) si iesiti singuri. Daca aveti copii, puteti iesi cu ei, dar nu se pot juca cu alti copii. Nu faceti plimbari sau sport in grup.
- Nu invitati alte persoane (din familie sau prieteni) acasa. Fiecare ramane acasa la el !
- Cand va intoarcati acasa : spalati-va mainile cu sapun, cel putin 30 de secunde.

+Acasa

- Spalati-va mainile cu apa si sapun, timp de cel putin 30 de secunde.
- Cand stranutati, acoperiti-va gura cu cotul.
- Folositi batiste de hartie si aruncati-le imediat
- Pastrati distanta de cel putin un metru. Cu copiii nu este posibil, dar desi ei au mai mai putine riscuri de a face boli grave, copii pot transmite virusul.
- Nu va apropiati nici de cei dragi pentru a-i imbratisa, chiar daca va doriti !
- Mancati sanatos, va poate ajuta impotriva bolilor.
- Ascultati muzica, dansati, jucati-va cu copiii, cititi, dar pastrati o distanta de 2 m.
- Suntem izolati cu totii, dar putem sa ne sunam si sa ne vedem pe telefon !

+Magazinele

- Magazinele alimentare si farmaciile raman deschise si vor fi aprovizionate suficient. In Elvetia sunt suficiente rezerve de alimente, nu o sa moara nimeni de foame. Chiar si in timpul celui de-al doilea razboi mondial Elvetia a avut suficiente alimente. Nu este nevoie sa cumparati mancare pentru o luna.
- Faceti cumparaturile o data pe saptamana si o singura persoana. In magazin, pastrati o distanta de cel putin 2 m. Acasa, spalati-va mainile cu apa si sapun.

+ Ce putem face impotriva Covid 19

- Respectul regulilor salveaza vieti.
- Puteti sa sunati prietenii si familia, mai ales persoanele in varsta si bolnave.
- Daca cunoasteti persoane in varsta, puteti sa le propuneti sa le faceti cumparaturile, pentru ca ei sa nu iasa (intrebati la telefon ce trebuie sa cumparati si lasati-le in fata usii) Multe persoane s-au inscris in grupuri Facebook, in grupuri de benevoli sau lasand un mesaj pe usa blocului. Daca sunteti o persoana in varsta sau bolnava, cereti cuiva sa va faca cumparaturile. Multe persoane va vor ajuta cu placere.

Virusul

+ Nu toata lumea moare de acest virus. Multi se imbolnavesc si se vindeca.

+ Persoanele in varsta si cele care au deja probleme de sanatate (cancer, probleme cu inima, plamanii, diabet) trebuie protejate, caci ele sunt in pericol.

+ Animalele nu se imbolnavesc si nu transmit acest virus.

+Daca aveti simptome ca : tuse seaca – febra – durere en gat – respiratie dificila- nu luati in nici un caz antiinflamatoare : aspirina, ibuprofen (Algifor, Nurofen, ect.). Nu luati decat Dafalgan – Paracetamol, ramaneti acasa si telefonati medicului dvs. Daca nu aveti un medic de familie, sunati la 0800 316 800 (intre 8h si 20h) sau la Centrala de garda : 0848 133 133.

Situatia actuala este dificila, dar daca suntem solidari, poate sa fie mai usor de suportat. Guvernul a luat deciziile corecte, noi trebuie sa le respectam si astfel ne protejam unii pe altii.

Daca va este frica, sau va simtiti singuri, daca aveti nevoie de ceva, daca aveti intrebari, sunati pe cineva.

Aveti grija de voi, fiti solidari ... va iubim.