



Briuselis, 2020 12 02  
COM(2020) 786 final

ANNEX

**PRIEDAS**

*prie*

**KOMISIJOS KOMUNIKATO EUROPOS PARLAMENTUI IR TARYBAI**

**Kaip apsisaugoti nuo COVID-19 žiemą**

**PRIEDAS.** Infografikas. Bendruomenės lygmens plitimo mažinimo priemonės (šaltinis – ECDC)<sup>1</sup>

## COVID-19

**Plitimo mažinimo priemonės**  
– tai veiksmai, kurių gali imtis žmonės ir bendruomenės, kad padėtų sulėtinti tokių virusų kaip SARS-CoV-2 plitimą. Tokios bendruomenės poveikio švelninimo strategijos, pradedant pavieniais veiksmais, pvz., reguliariu tinkamos rankų higienos reikalavimų laikymusi, baigiant labiau ribojančomis priemonėmis, pvz., susibūrimų ribojimu, idealiu atveju turėtų būti įgyvendinamos kartu ir taikomos vienu metu.

Pasirinktos plitimo mažinimo priemonės turėtų skirtis atsižvelgiant į vietos perdavimo padėtį.

Gali užtrukti kelias savaites, kol įgyvendintos plitimo mažinimo priemonės turės poveikį.

Daugiau apie plitimo mažinimo priemones ir kaip jas taikyti: [http://bit.ly/COVID19\\_NPIs](http://bit.ly/COVID19_NPIs)

### 1 KĄ GALIME PADARYTI KIEKVIENAS IŠ MŪSŲ

- Fizinio atstumo laikymasis
- Griežti rankų higienos reikalavimai
- Kosėjimo ir čiaudėjimo taisyklės
- Tinkamas veido kaukių naudojimas, jei neįmanoma laikytis fizinio atstumo

### 2 GALIMI VEIKSMAI, KAI VIRUSAS PLINTA BENDRUOMENĖJE

- Likite namuose, jei jaučiate COVID-19 būdingus simptomus
- Jeifur turėjote tiesioginį kontaktą su užsikrėtusiuoju COVID-19, likite namuose ir stebėkite simptomus
- Idealium atveju susitikite su tais pačiais žmonėmis – draugais ar bendradarbiais
- Riboti susibūrimų apimtį, galiausiai uždaryti atrinktas įmones
- Jeigu įmanoma, dirbkite iš namų
- Reguliarus dažnai liečiamų paviršių ir daiktų valymas
- Užtikrinkite tinkamą patalpų vėdinimą

### 3 KĄ DARYTI SPARTAUS UŽKRATO PLITIMO ATVEJU

- Laikytis likimo namuose politikos
- Visų gyventojų testavimo strategijos vietovėse, kuriose virusas plačiai išplitęs
- Apsvarstyti galimybę uždaryti mokyklas ir švietimo įstaigas

**#COVID19**

<sup>1</sup> <https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/covid-19-guidelines-non-pharmaceutical-interventions>