Sorg in tyd van CORONA

Hoe versprei KORONA?

Die virus kom deur ons monde, neuse en oë in ons liggame in. Dit versprei baie maklik. Dit vat een besmette persoon in 'n skare, kerk, of klein groep om die virus te versprei.

- Dit kan versprei as iemand naby jou hoes of nies. As die druppels in jou mond, neus of oë beland kan jy besmet raak.
- Ons kan onsself ook besmet as ons aan 'n oppervlak raak waarop die Korona druppels geval het, deur aan ons gesigte te vat.
- Ons kan ook besmet raak deur aanraking van 'n ander persoon en aan ons gesig te vat.
- Die virus kan tot 72 uur op sommige oppervlakte bly.

Hoe om die versprei van Korona te voorkom

Ons kan onsself en ander beskerm deur om goeie higiëne toe te pas.

Goeie higiënepraktyke

- Hoes of nies in 'n gebuigde elmboog of sneesdoekie. Gooi die sneesdoekie in 'n toe asblik.
- Vermy aanraking van jou oë, neus of mond as jou hande nie gewas is nie.
- Was jou hande met seep en water of ontsmet vir ten minste 20 sekondes.
- Was oppervlaktes en objekte waaraan jy gereeld vat met seep baie warm water. Ontsmet waar moontlik.
- Jou selfoon kan gesien word as 'n derde hand. Vee hom af met 'n lappie. Sit ontsmettingsmiddel op, of as jy nie het nie, gebruik seep en water.

Fisiese afstand

Fisiese afstand is baie belangrik, want dit verhoed verspreiding van die virus op twee maniere. Dit verhoed dat jy nie siek word van iemand wat KORONA het nie. Dit verhoed ook dat jy nie ander mense met KORONA besmet nie, want jy kan sonder jou wete 'n draer van die virus wees.

- Verminder fisiese kontak met mense waar moontlik.
- Volg die streng riglyne van die regering oor wat om te doen tydens die sluiting.
- Probeer 'n afstand van ten minste 2 meter tussen jou en ander mense hou.
- Vermy noue kontak met siek mense.
- In sommige plekke kan fisiese afstand moeilik wees. Maak dan seker dat jy jou hande gereeld deeglik was, en vermy aanraking van jou gesig.

Hoekom die sluiting?

Op 26 Maart 2020 het die Suid-Afrikaanse regering 'n 21-dae landswye sluiting verklaar.

- Dit is om die virus te bekamp. (Om die kurwe plat te maak).
- As ons by die huis bly, verminder ons die kans dat die virus versprei.
- Die sluiting is daar om te vermy dat baie mense op 'n slag besmet word. As dit gebeur gaan ons gesondheidsfasiliteite oorlaai word met mense. Baie meer mense sal sterf.