

< 추석 연휴 **생활방역** 수칙 >

< Chusok bayramidagi uzoq dam olish kunlarida kassalikdan saqlanish qoidalarini>

코로나19 감염증을 예방하기 위해 “이번 명절은 **가급적** 이동하지 않기”

Korona 19 infeksiyasini oldini olish uchun “Ushbu bayramda iloji boricha harakatlanmag”

❶ (기본원칙) ‘친구 집 등 방문 및 집단 모임·행사 참석’ 자제 권고

❶ (Asosiy printsipl) Do'stlarning uylariga tashrif buyurishdan, guruh yig'ilishlari va tadbirlariga borishdan saqlanish tavsiya etiladi.

❷ (부득이하게 방문 시) 장소·동선별 생활방역 수칙 준수로 감염확산 최소화

❷ (Muqarrar ravishda tashrif buyurgan vaqtda) Har bir joy, marshrut bo'yichalarda kassallikni oldini olish qoidalariga rioya qilish orqali infeksiya tarqalishini minimallashtirish.

1. 이동할 때 (출발·도착)

1.harakatlanganda{jo'nash-etib borish}

▶발열 및 기침 등 호흡기 증상이 있으면 이동하지 않기

▶Agar isitma va yo'tal kabi nafas olishda simptomlar bo'lsa, harakatlanmang

* 38도 이상 고열 지속, 증상 악화 시 콜센터(1339, 지역번호+ 120)나 보건소 문의하기

*Agar isitma 38 darajadan yuqori bo'lsa yoki simptomlar yomonlashsa, call-markazga (1339, mintaq kodi + 120) yoki sog'liqni saqlash markaziga murojaat qiling.

▶휴게소에 머무르는 시간 최소화

▶ Dam olish joylarida to'xtash vaqtini minimallashtiring

▶휴게소 실내, 실외에서 마스크 상시 착용

▶ Dam olish joylariga kirish va chiqishda ham niqob taqing.

▶휴게소에서도 사람 간 간격 2m(최소 1m) 이상 유지

▶Hatto dam olish joylarida ham odamlar orasida ham kamida 2m masofani (kamida 1m) saqlang.

❶ 기차역, 버스터미널에서

❶ Vokzallarda va avtobus terminallarida

▶가급적 좌석은 사전 온라인 예약, 비대면 서비스(모바일 체크인 등) 우선하여 이용

- ▶ Iloji bo'lsa, oldindan onlayn bron qilish va yuzma-yuz bo'lmagan xizmat (mobil ro'yxatdan o'tish va hk) afzal.
- ▶실내에서는 항상 마스크 착용 ▶대화는 자제
- ▶Har doim yopiq joylarda niqob taqing ▶suhbatlardan saqlaning
- ▶지정된 장소에서만 음식 섭취
- ▶Ovqatni faqat belgilangan joylarda iste'mol qiling
- ▶흡연실, 화장실 줄 설 때 등 사람 간 2m(최소 1m) 간격 두기
- ▶Odamlar orasida, masalan, chekish xonasida yoki hojatxonada turganda, 2m (kamida 1m) masofani saqlang

② 기차·버스 등 내부에서

② Poezd yoki avtobus ichida

- ▶마스크 상시 착용하기 ▶음식 섭취하지 않기
- ▶ Har doim niqob taqing ▶ Ovqat yemang
- ▶대화 및 전화 통화 자제하되, 불가피한 경우 마스크 착용하고 작은 목소리로 하기
- ▶ Telefonda gaplashish va suhbatlashishdan saqlaning, ammo zarurat bo'lsa, niqob taqib, past ovozda gaplashing

2. 친구 집 등에서

2. Do'stingizning uyida

① 실천할 것

① amal qilish qoidalar i

- ▶친구 집 등 방문 시, 머무르는 시간(기간)은 가급적 짧게
- ▶Do'stingizning uyiga boriganingizda iloji boricha qisqa vaqt qolishga harakat qiling
- ▶친구 집 등 방문 시에도 반드시 마스크 착용, 손 씻기 등 개인 방역 철저
- ▶ Do'stingiznikiga tashrif buyurganingizda, albatta niqob taqing, qo'lingizni yuving va shaxsiy qat'iy karantini saqlang
- ▶식사 시에는 개인 접시와 배식 수저 등 사용하여 덜어 먹기
- ▶ Ovqatlanish vaqtida o'z idishlaringiz va qoshig'ingizdan foydalaning.

▶반가움은 악수·포옹보다는 목례로 표현하기 ▶하루에 2번 이상 자주 환기하기

▶ qo'l berib, quchoqlashib korishish o'rniga bosh silkish, bir kunda 2marta dan oshig' tez tez toza havo oling

▶손이 많이 닿는 곳(리모컨, 방문 손잡이, 욕실 등)은 하루에 1번 이상 소독하기

▶ qo'l bilan ko'p ushlanadigan joylar(boshqaruv pultlari, eshik tutqichlari, hamom va boshqalar)ni kuniga bir marotabadan ortiq dezinfektsiya qiling.

② 피할 것

② Nimadan qochish kerak

▶발열 및 기침 등 호흡기 증상이 있으면, 친구 집 등 방문하지 않기

▶ **Agar isitma yoki yo'tal kabi nafas olish alomatlari bo'lsa, do'stingiznikiga tashrif buyurmang**

▶친구와 밀폐·밀집·밀접 장소(유흥시설, 노래방 등)에는 가지 않기

▶do'stingiz bilan gavjum, ochiq, yopiq joylar(ko'ngilochar muassasalar, karaoke xonalari va boshqalar)ga bormang.

▶소리지르기, 노래부르기 등 침방울 튼이 발생하는 행동은 자제하기

▶ baqirish, qo'shig' kuylash va boshqa so'lak sacharash holatlaridan saqlaning.

3. 숙소 도착 후

3, turar joyga kelganingizdan so'ng

▶숙소에 머무르며 발열·호흡기 증상 등 관찰하기

▶turar joyiningizda qoling va isitma va nafas olish alomatlarini kuzating

