

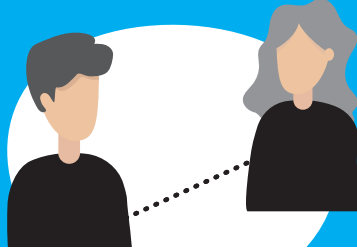
Koronaya geçit yok!

TÜRKİSCH

Maske takalım!



Mesafe bırakalım!



Ellerimizi yıkayalım!



Önemli Bilgiler

Ağız ve Burnu Örtme Maske

Maske sadece sizi değil, karşınızdaki insanları da enfeksiyondan korur. En önemli öncelik her zaman aynıdır:

Lütfen başkalarıyla aranızdaki mesafeyi koruyun.

Maskeyi Takma ve Çıkarma

Maskeyi takıp çıkarırken aşağıdakilere dikkat edin:

Maskeyi takmadan önce ellerinizi sabunla iyice yıkayın.

Takarken:

- Maskeyi sadece lastiklerine dokunarak yüz hizasında tutup lastiklerini kulaklarınızın arkasına geçirerek takın.
- Maske ağızınızı, burnunuzu ve çenenizi tamamen örtecek şekilde yüzünüze oturtmalıdır.
- Baş ve işaret parmaklarınızla maskeyi aşağı çekerek çenenize yerleştirin ve burun kemerine bastırarak iyice yerine oturtun.

Çıkarırken:

- Maskeyi çıkarırken dış yüzeyine dokunmaktan kaçının.
- Arka tarafından tutun: İki tarafındaki lastikleri aynı anda öne doğru çekerek maskeyi çıkarın.

Çıkardıktan sonra: Ellerinizi sabunla iyice yıkayın.

Dikkat: Maskeye dokunmayın, elinizle tutup çekiştirmeyin.



Lastiklerini kulaklarınızın arkasına takarak veya ipe bağlanıyorsa bağcıkları başınızın arkasında düğümleyerek maskenin yüzünüze tam oturmasını sağlayın.



Maskeyi çıkarırken dış yüzeyine dokunmaktan olabildiğince kaçın. Bunun için en iyisi maskeyi lastiklerinden tutmaktır.

Maskeyle İlgili Öneriler

Yeniden kullanılabilen maske temizliği: Çamaşır makinesi, fırın

- › Yeniden kullanılabilen maskeleri ısı yardımıyla sterilize edebilirsiniz.
- › Maskeyi kutu veya plastik torba gibi kapalı bir muhafazada tutmayın, yoksa tam kurumaz.

**Bozulmuş veya kirli maskeleri hemen atın.
Maskeyi takıp çıkarmadan önce daima ellerinizi iyice yıkayın.**

1. Maskeyi 60°C sıcaklıkta deterjanla yıkayın

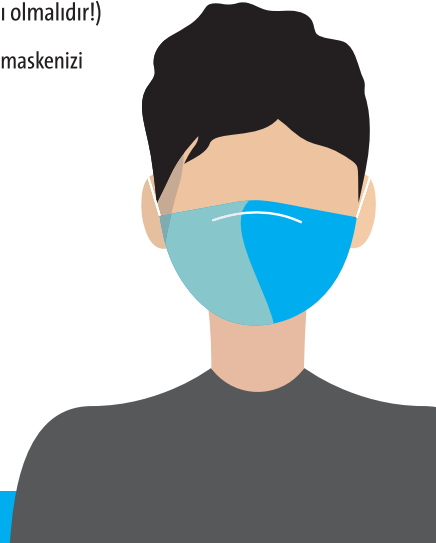
Yeniden kullanılabilir maskenizi en az 60°C sıcaklıkta çamaşır makinesinde deterjanla yıkayın.

2. Yeniden kullanılabilen maskenizi kaynatın

Bir tencerede kaynar suya koyarak beş dakika süreyle kaynatın.

3. Yeniden kullanılabilir maskeyi fırında kurutun (Maske ısıya dayanıklı olmalıdır!)

Fırını 10 dakika süreyle önceden 80°C sıcaklıkta ısıtın. Tekrar kullanılabilen maskenizi en az 30 dakika süreyle fırında kurutun.



Ev Havalandırma Önerileri

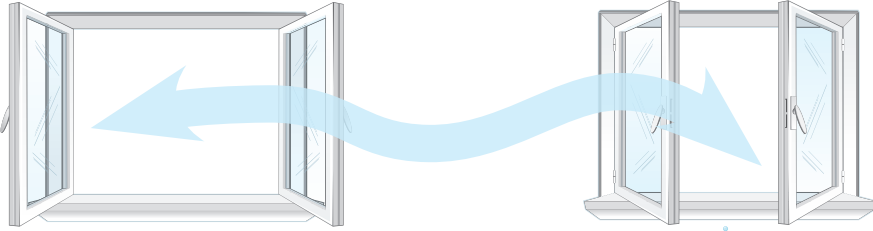
Kapalı mekanlar temiz havayla iyice havalandırılmalıdır. Bunun en etkili yolu tüm kapı ve pencereleri açarak cereyan yaptırmak ve varsa, vantilatörü açarak hava dolaşımını arttırmaktır.

Aerosoller, koronavirüsün olası bulaşma yollarından biridir ve özellikle kapalı yerlerde mekana hızla yayılırlar.

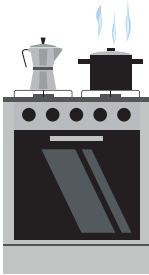
Aerosoller, kapalı bir ortamda havayla taşınan küçük damlacıklardır. Verdiğimiz nefesle, konuşur veya şarkı söylerken ya da hapşırduğumuzda havaya aerosol salarız.

O yüzden evinizi her seferinde en az on dakika olmak üzere günde birkaç kez havalandırın.
- Ne kadar sık olursa o kadar iyi -

Doğru havalandırma: Günde 3-4 kez temiz hava
En iyisi cereyan yaptırarak



Mutfak + banyo: Doğrudan buhar basıncıyla



El yıkama

El yıkama, enfeksiyondan korunmak için basit ve etkili bir önlemdir.

Ellerinizi düzenli olarak iyice yıkayın.

Ellerinizi yalnızca gözle görülür biçimde kirlendiğinde değil, özellikle şu durumlarda da mutlaka yıkayın:

- › Yemek hazırlarken, özellikle çiğ et kullandığınızda
- › Yemeğe başlamadan önce ve yemekten sonra
- › Bir hastayla temasınız olduysa, yara tedavisi veya bakımı yaptıysanız
- › Dışarıdan eve gelir gelmez
- › Tuvalete gittikten sonra
- › Bebek bezi değiştirdikten sonra
- › Burnunuzu sildikten, öksürdükten veya hapşırdıktan sonra
- › Çöpe, ayrıca hayvanlara ve hayvan yemine mamasına temas edince



Doğru el yıkama için

şunlara dikkat etmelisiniz:

Ellerinizin tamamını iyice ıslatın:

- › Avuç içini
- › Arkasını
- › Parmak uçlarını ve tırnakları
- › Parmak aralarını ve baş parmakları

Ellerin iyice yıkanması 20 ila 30 saniye sürer

Ellerinizi iyice kurulayın.

Hijyen konusunda başka faydalı ipuçları ... Evinizi hijyenik biçimde temizleme

Evin bütün odalarında hijyen son derece önemlidir.

- › Kapı kolları, elektrik düğmeleri, telefon cihazı, uzaktan kumandalar ve farklı kişilerin sık sık ellediği diğer bütün yüzeyler.
Bu nedenle, ortak kullanılan mekanlardaki yüzeyleri her gün ıslak bezle silin.
- › Mutfak, banyo ve tuvaleti bir yüzey temizlik maddesiyle her gün temizleyin.
- › Oturma odası ile yatak odası, mutfak, banyo ve tuvalet için ayrı temizlik bezleri kullanın. En iyisi her oda için ayrı bir bez olmasıdır. Kolay ayırt etmek için farklı renkte temizlik bezleri kullanabilirsiniz.
- › Her odayı baştan aşağı temizleyin. En son zemin döşemesini silin.
- › Temizlik bezlerini kullandıktan sonra asarak iyice kurutun, çünkü mikroplar nemli ortamlarda ürer.
- › Temizlik bezlerini haftada en az 1 kez 60°C sıcaklıkta çamaşır deterjanıyla yıkayın.
- › Bulaşık bezleri ile temizlik bezlerinden başka havlular, el bezleri, yatak çarşafı ve iç çamaşırını da en az 60°C'de yıkanmalıdır. Normal bir deterjan kullanmanız yeterlidir.
- › İç çamaşırını dışındaki giysileri daha düşük sıcaklıklarda yıkayabilirsiniz, ancak ekonomi programı kullanmayın.
- › Diş fırçasınızı her 2-3 ayda bir mutlaka değiştirin, soğuk algınlığına yakalandığınızda daha sık değiştirin.
- › El havlularını paylaşmaktan mümkün olduğunca kaçının; herkesin kendi havlusu olmalı; **asla!** bütün aile aynı havluyu kullanmamalıdır.

El hijyeni kurallarının tutarlı bir şekilde uygulanması, hastalık etkenlerinin kişiden kişiye olduğu kadar çeşitli yüzeylerden bulaşmasını da önlemenin en etkili yoludur.



Hijyen konusunda başka faydalı ipuçları ... Mutfak hijyeni

Hastalık etkenlerinin bulaşmasını önlemede mutfak hijyeni özellikle önemlidir.

Mutfakta çalışırken özellikle şu durumlarda ellerinizi sık sık iyice yıkamanız mikropların bulaşmasını önlemede etkili olur:

- › Yemek yapmaya başlamadan önce,
- › Bir işten diğerine geçmeden önce,
- › Çiğ gıda maddeleriyle temastan sonra,
- › Çiğ gıdaları kullanmaya başlamadan önce,
- › Çöplerle temastan sonra.

- › Et ve kümes hayvanı ambalajlarını derhal atın.
- › Havlu, kurulama bezi ve temizlik süngerlerini özellikle gözle görülür kirlilik varsa en az haftada bir değiştirin.
- › Bezleri ve temizlik süngerlerini en az 60°C'de yıkayın (süngerleri makineye çamaşır filesiyle koymanız daha iyi olur).
- › Bardak, tabak, çatal-bıçak ve bütün mutfak gereçlerini bulaşık makinesinde en az 60°C sıcaklıkta yıkayın.
- › Elde yıkayacaksanız bunu yemekten hemen sonra yapmanız en iyisidir, çünkü mikroplar oda sıcaklığında çok hızlı ürerler.
- › Mutfakta gıda sektörü için onaylanmış temizlik maddeleri kullanın.
- › Yiyeceklerle doğrudan temas eden her türlü alet ve yüzeyi (kesme tahtaları, bıçaklar, diğer aletler ve çalışma yüzeyleri) her gün ve her kullanımdan sonra temizleyin.
- › Bulaşık, yemek hazırlamada kullandığınız yüzeyler ve zemin döşemesi için ayrı temizlik bezleri kullanın.
- › Bulaşık fırçalarını bulaşık makinesinde yıkayın ve düzenli aralarla değiştirin.
- › Buzdolabını haftada bir ıslak bezle silin.
- › Çöp kutusunu sık sık boşaltın ve gözle görülür kirlilik olduğunda haftada en az 1 kez ıslak bezle silin.

Önemli:

Temizlik maddelerinin ne miktarda kullanılacağı konusunda etiket üzerindeki talimatlara uyun!

Hijyen konusunda başka faydalı ipuçları ... Gıda maddelerinde hijyen

Gıda maddelerinin hijyeni konusunda en önemli kural el yıkamadır

Gıda maddelerine her zaman temiz ellerle dokunursanız tüm ailenizin sağlığını korumuş olursunuz.



Yemek pişirmeden önce:

- › Saçlarınızı toplayın, giysinizin kollarını kıvrın, takılarınızı çıkarın.
- › Elinizde açık yara varsa su geçirmez yara bandıyla kapatın.
- › Zararlı bakterilerin başka gıda maddelerine geçmemesi için çiğ eti ayrı hazırlayın.
- › Farklı türde gıda maddeleri için ayrı kesme tahtaları kullanın. Kolay ayırt etmek için farklı renkte tahtalar yararlı olabilir.
- › Çiğ tüketilen gıdaları çok iyi yıkayın.

Ayrıca dikkat edilecekler:

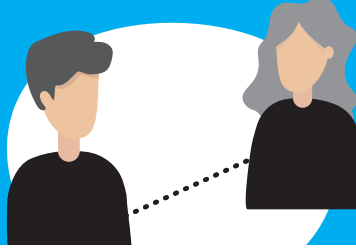
- › Bir yiyeceğin tadına bakmak için kaşık kullanın.
- › Yemeklerin ağızını açık bırakmayın, çünkü sineklerle hastalık etkenleri bulaşabilir.
- › Yemek hazırlarken kullandığınız yüzeyleri işiniz bitince hemen silin.
- › Ev hayvanlarını yiyeceklerden uzak tutun ve ayrıca yiyecek hazırlarken hayvanlara dokunmayın.
- › Hastalık etkenlerinin bir yiyecekte diğerine bulaşmasını önlemek için buzdolabındaki gıda maddelerinin temizliğine dikkat etmek de önemlidir. Çiğ eti en alt bölme, sebzeleri çekmeceye ve süt ürünlerini en üst rafa koyun.
- › Hasarlı (şişmiş, yamulmuş) kavanoz ve teneke kutuları kullanmayın.
- › Kullandığınız dezenfektan ve temizlik maddelerinin gıda maddeleri için onaylanmış olmasına dikkat edin.

Koronaya geçit yok!

**Maske
takalım!**



**Mesafe
bırakalım!**



**Ellerimizi
yıkayalım!**



Destegi için teekkrlerimizi sunarız:

Zusammen gegen Corona.
Wer sich schtzt, schtzt uns alle!



JOHANNITER



HANAU STEHT AUF HYGIENE

Gncel bilgiler için:



www.corona-hanau.de

#hanaustehtaufhygiene

#gemeinsamgegencorona

Bilgi materyali Hanau ehir Konseyi | Kriz Ekibi | Hijyen Ekibi | Am Markt 14-18 | 63450 Hanau, Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. | Friedberger Str. 9 | 63452 Hanau. Bu brourn hazırlanmasına temel oluşturan kapsamlı veri malzemesini sağladığı için Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. kuruluşuna teekkr ederize.