Kleur hierdie bladsy in
KORONA VIRUS
(word ook Covid-19 genoem)
'n Virus is 'n soos 'n kiem. Dit is baie, baie klein en kan jou siek maak as jy dit inkry.
Jy sal oukei wees!
Dit kan jou 'n koors 'n hoes en asemhalings-probleme gee.
38c
be a Hero in my Hood
VERSPREI as hierdie druppeltjies inkom deur jou
(besmette snot)
oë
neus
mond
HAAI! SIES!
skakelaars
handvatsels
fone
geld
skoene
speelgoed
koppies
(Dit kom op alles waaraan mense raak of lek, of waarop hulle hoes, nies, uitasem, spoeg!)
GOEIE NUUS!
Was alles. Vee all oppervlaktes af.
Die virus kan vir 'n lang tyd op iets bly, maar nie as seep dit eerste bykom nie ...
Seep
SEEP
SEEP
SEEP MAAK KORONA VIRUS DOOD
Feit: gewone seep los die vetterige lagie rondom die virus op en dit breek op!
Seep vernietig virusse voordat hulle by jou liggaam kan inkom.
Jy kan 'n Held wees en voorkom dat die virus versprei en mense siek maak.
jy kan
dikwels jou hande met seep was. Was hulle vir 20 sekondes - veral wanneer jy in die huis kom, voordat jy eet en nadat jy toilet toe was.
(ook voor-en nadat jy in jou neus gekrap het)
1,5 meters
jy kan
wegbly van mense wat nies & hoes sodat jy nie aansteek nie
(sosiale distansiëring)
jy kan
wegbly van skares, want jy weet nie wie siek is nie
Die meeste mense word beter, maar ou mens en mense met gesondheids-probleme kan baie siek raak.
STOP
KORONA
ons kan versigtig vir hulle onthalwe wees
jy kan
oefen, baie water drink, baie vrugte en groente eet om gesond en sterk te bly.
jy kan
Jy kan jou vuil vingers weg van jou GESIG hou uit jou NEUS hou uit jou MOND hou uit jou OË hou
jy kan
in jou elmboog of in 'n snesie hoes en nies - sodat jou snot nie orals spat nie. (maak daai hoes toe)
jy kan
bedagsaam wees - ons is almal saam in hierdie ding.
jy kan vir jou vriende vertel
© www.hero-in-my-hood.co.za