



GRAD ZAGREB

# APEL

## GRAĐANIMA GRADA ZAGREBA

### COVID-19

Grad Zagreb poslovno je središte s najvećim broja stanovnika u državi. S ciljem sprečavanja širenja zaraze apeliramo na građane da budu posebno oprezni i pridržavaju se mjera prevencije.

## U SLUČAJU SIMPTOMA KORONAVIRUSA

Doputovali ste iz zemalja zahvaćenih Koronavirusom? Bili ste u bliskom kontaktu s nekim tko je došao iz zaraženog područja u posljednjih 14 dana? Bili ste u kontaktu s osobom kojoj je dijagnosticiran COVID-19?

**Simptomi: kašalj, grlobolja, curenje iz nosa, temperatura, glavobolja, otežano disanje, drhtavica**

Izolirajte se od najbližih i nazovite svoga liječnika obiteljske medicine, koji će vam dati upute za daljnje postupanje te, prema potrebi, kontaktirati nadležnog epidemiologa.

## PREVENCIJA

### Izbjegavajte veća okupljanja

Stožer civilne zaštite RH preporuča izbjegavati skupove na kojima se okuplja više od 100 ljudi

### Temeljito perite ruke

**Držite razmak**  
Minimalno 2 metra

### Ne rukujte se

Ako možete, izbjegavajte dizala i zatvorene prostore

Provjetravajte prostorije u kojima boravite i radite

Ako kišete i kašljete, koristite maramicu

**Izbjegavajte kontakte sa starijima da ih ne zarazite**

Najugroženija skupina je 65+

**Građanima 65+ preporuča se ostanak u kućama i izbjegavanje kontakata**

**Izbjegavajte kontakt s domaćim i divljim životinjama**

**Dezinficirajte predmete koje često koristite**

**Izujte obuću prije ulaska u dom**

**Koristite tehnologiju koja vam je dostupna (telefoni, mobiteli, računala) za svakodnevne radnje (i dezinficirajte ih redovito!)**

- Sastanci
- Razgovori
- Podnošenje zahtjeva institucijama (vidite ako postoji online opcija slanja i zaprimanja zahtjeva, nazovite instituciju na telefon prije dolaska)
- **Kontakt sa svojim liječnikom** (nazovite ga i opišite mu simptome ili zamolite za uputnicu, recept preko e-maila) – nemojte ugrožavati svoje zdravlje i zdravlje ostalih dolascima u ordinacije, čekaonice i bolnice bez da se prije konzultirate sa svojim liječnikom opće prakse

Za više informacija:

[https://zdravlje.gov.hr/corona-virus-i-mjere-prevencije/4952?fbclid=IwAR0pJft6FArldBcV2BFGjBKM5Go\\_5NnhHl1QNO-agu2wAEq4mNYY46MYbl](https://zdravlje.gov.hr/corona-virus-i-mjere-prevencije/4952?fbclid=IwAR0pJft6FArldBcV2BFGjBKM5Go_5NnhHl1QNO-agu2wAEq4mNYY46MYbl)

**Budimo odgovorni!**  
**Čuvajmo naše zdravlje i zdravlje naših bližnjih!**