







SOPUERTA KOTZEJUKO UDALA
AYUNTAMIENTO DE SOPUERTA

Información importante para la alarma sanitaria

COVID-19:
#YoHagoPorTi

MOVILÍZATE
POR NUESTROS MAYORES
SIN SALIR DE CASA. LLÁMALES.

-  Mantén el contacto con tus familiares y amigos y, muy especialmente, con las **personas mayores de tu entorno**.
-  Si conoces a personas que **vivan solas**, llama e intérate por ellas, pregunta si se **encuentran bien o necesitan algo**.
-  Las **personas mayores** agradecerán el contacto, aún sin ser físico, de gente que se **preocupa e interesa por ellas**.
-  En caso de **necesidad**, puedes ayudar a las personas mayores de tu entorno a hacer la compra o ir a la **farmacia**, siempre en condiciones de seguridad, manteniendo la **distancia entre 1- 2 metros**, lavándote las manos antes y después de la gestión y **tapándote con la parte interna del brazo** en caso de tener que toser.



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DEL INTERIOR



#YoHagoPorTi
#EsteVirusLoParamosUnidos
#QuedateEnCasa



SOPUERTA KOTZEJUKO UDALA
AYUNTAMIENTO DE SOPUERTA

Información importante para la alarma sanitaria

COVID-19:

#YoHagoPorTi



LOS 10 IMPRESCINDIBLES
PARA AYUDAR AL VECINDARIO



1 Recuerda salir de casa sólo para lo imprescindible. A veces se puede ayudar desde tu propia casa. Y si tienes que salir, piensa en tus vecinas y vecinos.



6 Lava bien tus manos antes y después de salir de su casa. Cúbrete al toser o estornudar usando pañuelos desechables o la parte interna tu brazo.



2 Ayuda a las personas más vulnerables de tu vecindario, pero no olvides extremar las medidas de higiene y seguridad para evitar ponerte y ponerles en riesgo.



7 Contribuye a evitar abusos, estafas y engaños a personas que necesitan ayuda: procura ayudar sólo a personas que te conozcan, no entres en domicilios ajenos, recomienda a quien necesite ayuda que no abra la puerta a desconocidos y no admitas recompensas de ningún tipo.



3 Si quieres ayudar a tus vecinas y vecinos, ponte en contacto con ellos para conocer su estado de salud y saber qué necesitan.



8 Y en todos estos casos, una llamada telefónica siempre es de gran ayuda.



4 Si vas a ayudar a una persona de tu vecindario haciéndole la compra o yendo a la farmacia, evita entrar en su domicilio y deja los artículos en la puerta.



9 Infórmate bien sobre el coronavirus, no compartir fake news o bulos también es ayudar. Infórmate siempre en fuentes oficiales.



5 Si para ayudar a tu vecina o vecino tienes que entrar en su domicilio, sólo en caso de absoluta necesidad, no toques más que lo imprescindible y mantén la distancia de seguridad interpersonal.



10 Si lo deseas, puedes hacer la pildora formativa en www.cruzroja.es



MINISTERIO DEL INTERIOR





SOPUERTA KOTZEJUKO UDALA
AYUNTAMIENTO DE SOPUERTA

Información importante para la alarma sanitaria



**AYUDA A
TU VECINO/A**



Si es una
persona mayor



Si tiene
discapacidad



Si tiene alguna
enfermedad previa

