

Die Wêreldgesondheids-  
organisasie (WGO)  
het die koronavirus  
'n internasionale  
gesondheidsnoodgeval  
verklaar.



Hier is wat jy moet weet:

**Moet eerstens nie paniekerig raak nie. Jy kan jousef en jou gesin beskerm.**

# Hoe om gesond te bly terwyl jy reis



**Eet slegs kos** (veral vleis)  
wat goed gaargemaak is



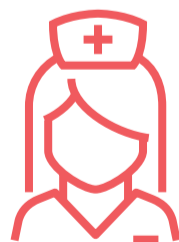
**Was jou hande gereeld**  
met water en seep



**Vermynabye kontak met  
ander mense** as jy hoes of  
as jy koorsig is



As jy siek word terwyl  
jy reis, **laat weet iemand**  
**en gaan onmiddellik**  
**dokter toe**



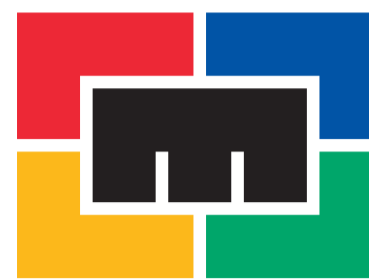
Wanneer jy by die dokter  
is, **sê vir hom of haar**  
**waarheen jy gereis het**



**Bedek jou mond** en neus  
met jou elmboog of 'n  
sneesdoekie wanneer jy  
hoes of nies

Inligtingsbron: Wêreldgesondheidsorganisasie (World Health Organization)

Die Wêreldgesondheids-  
organisasie (WGO)  
het die koronavirus  
'n internasionale  
gesondheidsnoodgeval  
verklaar.



**MINERALS COUNCIL**  
SOUTH AFRICA

Hier is wat jy moet weet:

**Moet eerstens nie paniekerig raak nie. Jy kan jouself en jou gesin beskerm.**

# Om te keer dat jy of ander mense siek word

## Was jou hande



Nadat jy  
gehoes of  
genies het

Wanneer  
jy 'n siek  
persoon  
versorg

Voor en  
terwyl jy kos  
voorberei,  
asook ná  
die tyd

Voordat jy  
eet

Nadat jy  
die toilet  
gebruik het

Wanneer  
jou hande  
vuil lyk

Nadat jy aan  
diere geraak  
het

Moet nooit  
in die  
openbaar  
spoeg nie

Inligtingsbron: Wêreldgesondheidsorganisasie (World Health Organization)



World Health  
Organization

**#MakingMiningMatter**