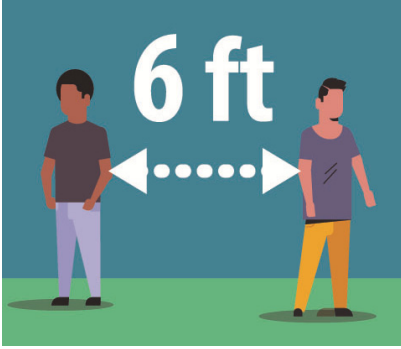


## Sosyal Mesafe

Sosyal mesafe, sağlıklı insanlarla yakın temastan kaçınmanız gerektiği anlamına gelir. Hastaysanız, sosyal mesafeyle hastalığın yayılmasını durdurmaya yardımcı olabilirsiniz. Sağlıklıysanız, hastalanmanızı önlemeye yardımcı olabilirsiniz. Eğer toplumunuzda Koronavirüs Hastalığı 2019 (COVID-19) yayılıyorsa sosyal mesafelendirme önerilir. Ulusal kanallar ve Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, hastalık bölgelerde yayıldığı zaman duyurusunu yapacaktır.

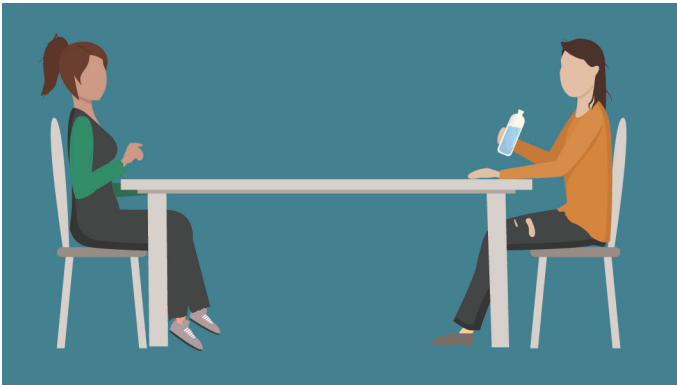


**Diğer insanlardan 2 metre (6 ft), yaklaşık 2 kol uzunluğunda uzakta kalın.**

- Bu süre içinde sarılmaktan ve tokalaşmaktan kaçının.

**Mümkün olduğunca kalabalıklardan kaçın.**

- Bazen bu mümkün olamayacaktır.
- Eğer bir sırada veya bir grup insanla bir arada olmanız gerekiyorsa, onlardan yaklaşık 2 metre uzakta durmaya çalışın.



**Fiziksel olarak ayrı kalırken bile arkadaşlarınız ve aile üyeleriyle iletişiminizi sürdürmenin yollarını bulun.**



[www.cdc.gov/coronavirus](http://www.cdc.gov/coronavirus)

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği  
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞLU tarafından çevirilmiştir.

