

Neļauj vīrusam ceļot!

FORBID THE VIRUS FROM TRAVELING! #CEĻOVESELS



PAŠIZOLĀCIJA NAV JĀIEVĒRO, JA:

- NAV NOTEIKTA COVID-19 KARANTĪNA;
- NAV ELPOŠANAS CEĻU SASLIMŠANAS PAZĪMJU.

YOU ARE NOT REQUIRED TO SELF-QUARANTINE, IF:

- YOU HAVE NOT BEEN REQUIRED TO QUARANTINE DUE TO COVID-19 SYMPTOMS;
- YOU HAVE NO SYMPTOMS OF RESPIRATORY DISEASE.



DRĪKST IZMANTOT SABIEDRISKO TRANSPORTU.

SABIEDRISKAJĀ TRANSPORTĀ JĀLIETO MUTES UN DEGUNA AIZSEGS (RESPIRATORS, MEDICĪNISKĀ MASKA, ŠALLE VAI LAKATS) UN PĒC IESPĒJAS JĀIEVĒRO SAVSTARPĒJA DISTANCĒŠANĀS.

YOU CAN USE THE PUBLIC TRANSPORT. WHILE ON THE PUBLIC TRANSPORT, YOU MUST MAINTAIN SOCIAL DISTANCING AS MUCH AS POSSIBLE AND MUST COVER YOUR MOUTH AND NOSE (WITH A RESPIRATOR, MEDICAL MASK, MUFFLER, OR SCARF).



JA IR BILETE TĀLĀKAM STARPTAUTISKAM PASAŽIERU PĀRVADĀJUMAM VAI LATVIJU ŠĶĒRSO AR SAVU VAI CITAS PĒRSONAS TRANSPORTLĪDZEKLI, 14 DIENAS PAŠIZOLĀCIJĀ NAV JĀPAVADA.

IF YOU HAVE A TICKET FOR FURTHER INTERNATIONAL TRAVEL, OR IF YOU CROSS LATVIA USING YOUR OR ANOTHER PERSON'S VEHICLE, YOU ARE NOT REQUIRED TO SPEND 14 DAYS IN SELF-QUARANTINE.

Kā ievērot pašizolāciju?

HOW TO SELF-QUARANTINE?



14 DIENAS JĀUZTURAS DZĪVESVIETĀ, NEDRĪKST DOTIES UZ DARBU, SABIEDRISKĀM, PUBLISKĀM UN CITĀM VIETĀM, KUR IR LIELS SKAITS CILVĒKU.

DURING THIS TIME YOU MUST STAY AT HOME OR A HOTEL, MUST NOT GO TO WORK, PUBLIC OR OTHER PLACES OCCUPIED BY MANY PEOPLE.



JA PARĀDĀS AKŪTAS ELPOŠANAS CEĻU INFEKCIJAS PAZĪMES, NEKĀVĒJOTIES JĀZVANA 113 VAI 8303.

IF YOU DEVELOP ACUTE RESPIRATORY SYMPTOMS, YOU MUST IMMEDIATELY CALL 113 OR 8303.



SABIEDRISKO TRANSPORTU DRĪKST IZMANTOT TIKĀJ VIENU REIZI – NOKĻŪŠANAI PAŠIZOLĀCIJAS VIETĀ. SABIEDRISKAJĀ TRANSPORTĀ OBLIGĀTI JĀLIETO MUTES UN DEGUNA AIZSEGS!

YOU CAN USE THE PUBLIC TRANSPORT ONLY ONCE – TO COMMUTE TO THE SELF-QUARANTINE LOCATION. YOU MUST WEAR A FACE COVER ON THE PUBLIC TRANSPORT.

NĒSĀ MASKU
WEAR A MASK



IEVĒRO HIGIĒNU
FOLLOW THE RULES
OF HYGIENE



IETURI DISTANCI
KEEP A DISTANCE

