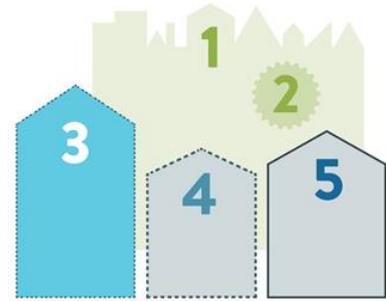


# Vehik jali guhkep gasska, vaj ij ávvánis æjvvalit?

Jus ulmutja e ilá tjoahken tjuottjo de  
suojmmu koronadávdda (covid-19) oabllomis



## 1) Dábálasj bagádusá álmugij

- Didja gudi aktan árrobihtit máhttebihtit sæbrástallat ieme láhkáj.
- Máhtá guossijt gáhttjot, valla dássju gallegattjajt avtabále.
- Máhtá álgus mannet valla ij de ilá lahka ietjá ulmutjij.
- Lassjugis maná bessi smávep juohkusijda sæbrrat.
- Mujttu dá buorre gássámdábijt ja giedajt basádit!
- Allu dá giedajn buorástahttu jalik fármastalá ietján gá sijájt gen siegen áro.
- Vuoseda huvsov, ale duolmo jalik álgoda iehtjádijt.

## 2) Dunji guhti la vádálasj dilen

- Dájma covid-19 vuosttij la vuostatjin suoddjit sijájt gudi li vádálasj dilen.
- Dån la vádálasj dilen jus la
  - badjel 65 jage vuoras jali la
  - állessjattuk tsáhkevigijn, giehpesvigijn, sáhkárskihpudagájn, bårredávdajn jali alla varradettujn.
  - Márjju aj dån guhti la állessjattuk buojddudagájn ja jus vil dubáhkav suovasta.
- Dån guhti la vádálasj dilen hæhttu liehket sierraláhkáj snivva rájnasvuodajn ja mujte i boahdet ilá lahka ietjá ulmutjij (galggá binnemusát 1-2 mehtera ietjá ulmutjijda).

## 3) Dån guhti la vieddje, valla la árrum SIJDDAKARANTIENAN ræjso mañnela, jali jus la lahkavuohta ulmutjijn gænna I covid-19.

- Didja gudi aktan árrobihtit máhttebihtit sæbrástallat iemeláhkáj, valla ij de guossijt gáhttjot jali iehtjádijt guossidit.
- Ale skávlláj jalik bargguy maná.
- Ale maná almulasj jáhtulagáj.
- Máhtá álggon váttatjit valla ij de ilá lahka ietjá ulmutjij.
- Máhtá dárbulasj máhkijt dahkat rámbuvdan jali apotehkan.
- Ulmutjij gejn siegen áro ælla karantienan.
- Juska átsosboados vuoset ij la koronadávdda de ij dat karantienav oaneda.
- Jus dujna I lájttális sebrudakvirgge de soajttá ij dárba muhtem mærráj dájnt njuolgadásájt tjuovvot.
- Jus dujna I lahkavuohta ulmutjijn koronadávda ja dábdá dávddamerkajt vuojnadakinfeksjávnnáj, hæhttu dalága sijddamásskusij.

#### 4) Dunji VUOJŇADAKINFEKSJÁVNÁJN valla ij vuosedá covid-19 virusav

- Galga sijdan liehket dat rájes gá vuojŇadakinfeksjávna dávddamerkajt dábdá, gitta binnemusát jánndurav manŇel gá la állu væddjám.
- Garve iehtjádijt gejn siegen áro.
- Sidja gejn siegen áro ælla másskusin, valla galggi gátsedit ietjasa varresvuodav. Jus dávddamerkajt dábdá, hæhttuji sijdan liehket.

#### 5) Dunji covid-19 virusijn ja la SIJDDAMÁSSKUSIJ biejaduvvam

- Ale maná álgus sijdastat.
- Ale ga sæbrástalá sijájn gejn siegen áro.
- Jus la máhttelis, ane sierra lanjáv ja basádimlanjáv.
- Basá álu bievdijt, stávlájt ja ietjá álgoldisájt.
- Soames hæhttu duv ávdás oasestit.
- Sjiehtada ietjat dálkudiddijn gáktu galga gátsedit ietjat varresvuoda dilev.
- Sidja gejn siegen áro hæhttuji liehket karantienan.

#### Ienep járggáluvvam diehto covid-19 birra gávna dáanna:

- <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/generell-informasjon-koronavirus-pa-flere-sprak/>
- <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/rad-til-personer-som-er-smittet-eller-har-vart-utsatt-for-smitte/informasjon-om-hjemmekarantene-og-isolasjon-pa-ulike-sprak/>
- <https://helsenorge.no/koronavirus/informasjon-pa-andre-sprak>