

설 연휴 생활방역수칙

< Ай календары боюнча Жаңы жылдык эс алууда жашоо карантин эрежелери >

□ (기본원칙) 친구 집 방문 및 필요하지 않은 여행 자제, 5인 이상 사적모임 금지
(Негизги эрежелер) Досторунуздун үйүнө баруудан жана зарыл болбогон жакка саякаттоодон алыс болуңуз, 5 адамдан ашык жеке жолугушуулардан баш тартыңыз.

□ (부득이하게 친구 집 방문 시) 마스크 상시 착용, 머무르는 시간은 짧게, 손 씻기 등 개인 위생 철저히 준수
(Досунуздун үйүнө айланып барганда) Ар дайым маска тагынып, кыска убакытта болуңуз жана кол жуу сыяктуу жеке гигиенаны сактаңыз.

안전한 설 연휴를 위한 방역수칙

Коопсуз Жаңы жылдык эс алуу күндөрүнүн алдын алуу карантин эрежелери

❶ 외출 할 땐 반드시 마스크를 착용하고, 사람 간 거리두기

Сыртка чыкканда сөзсүз түрдө маска тагынып, адамдар ортосундагы аралыкты сактаңыз

❷ 최소 1일 3회(1회당 10분) 이상 환기 및 주기적 소독

Күнүнө кеминде 3 жолу (бир жолу 10 мүнөт) ашык желдетүү жана мезгил-мезгили менен дезинфекциялоо

❸ 흐르는 물과 비누로 30초 이상 손 씻기 등 개인위생 철저

Агын сууга самын менен 30 секундтан ашык кол жуу ж.б. жеке гигиенаны сактаңыз

❹ 발열, 호흡기 증상 등 코로나19 증상이 있으면 검사 받기

Эгерде сизде дене табынын көтөрүлүшү же дем алуу белгилери сыяктуу COVID-19 белгилери болсо, текшерүүдөн өтүңүз.

❺ 필요하지 않은 여행 자제하기

Кереги жок сапарлардан алыс болуңуз

* 증상 있는 경우 즉시 콜센터(1399, 지역번호+120)나 보건소 문의하여 검사받기

* Эгерде сизде белгилер байкалса, дароо текшерүү алуу үчүн колл-борборго (1399, аймактын коду +120) же коомдук саламаттыкты сактоо борборуна кайрылыңыз.

친구 집 방문 할 때

Досунуздун үйүнө барганда

○ 이동 할 때 Кыймылда жүргөндө

▶ 발열 및 기침 등 호흡기 증상이 있으면, 친구 집 등 방문하지 않기

▶ Эгерде сизде дене табы көтөрүлүп же жөтөл сыяктуу дем алуу белгилери болсо, досунуздун үйүнө ж.б. жакка барбаңыз

▶ 휴게소에 머무르는 시간 최소화, 마스크 상시 착용

▶ Эс алуу жайында болуу убакытты азайтыңыз, ар дайым маска тагынып жүрүңүз

▶ 휴게소에서도 사람 간 간격 2m(최소 1m) 이상 유지

▶ Эс алуу жайында да адамдардын ортосундагы аралыкты 2м (кеминде 1м) ашык сактаңыз

기차역, 버스터미널 등에서

Темир жол бекеттеринде, автобекеттерде ж.б.

▶ 가급적 좌석은 사전 온라인 예약, 비대면 서비스(모바일 체크인 등) 우선하여 이용

* 좌석 예매 시 가급적 한 좌석 띄워 예매

▶ Мүмкүн болсо, орундуку алдын ала онлайн ээлөө жана бетме-бет эмес тейлөө (мобилдик каттоо ж.б.) кызматын колдонуңуз

* Орундуку ээлеп жатканда, мүмкүн болсо бир орундуку өткөрүп ээлеп коюңуз.

▶ 마스크 상시 착용, 대화는 자제

▶ Ар дайым маска тагынып жүрүңүз, сүйлөшүүдөн алыс болуңуз

▶ 지정된 장소에서만 음식 섭취, 기차·버스 안에서 먹을 간식 구입은 자제

▶ Белгиленген жерлерден гана тамактаныңыз, поездде же автобуста тамактануу үчүн жеңил тамак сатып алуудан алыс болуңуз

▶ 흡연실, 화장실 줄 설 때 등 사람 간 2m(최소 1m) 간격 두기

▶ Таеки чегүү бөлмөсүндө же дааратканада кезек күтүүдө адамдар ортосунда 2м (кеминде 1м) аралыкты сактаңыз

기차·버스 등 안에서 **Поездде же автобуста**

▶ 마스크 상시 착용하기

▶ Ар дайым маска тагынып жүрүңүз.

▶ 음식 섭취하지 않기

▶ Тамактанбаңыз

▶ 대화 및 전화 통화 자제하고, 불가피한 경우 마스크 착용하고 작은 목소리로 하기

▶ Сүйлөшүүдөн жана чалууларды жасоодон алыс болуңуз, айласыз болгон учурда маска тагынып кичинекей үн менен жасаңыз.

○ 친구 집에서 **Досуңуздун үйүндө**

실천할 것 **Эмне кылуу керек**

▶ 친구 집 방문 시, 머무르는 시간(기간)은 가급적 짧게

▶ Досуңуздун үйүнө барганда, мүмкүн болушунча кыска убакытта болуңуз

▶ 집안에서도 마스크 착용, 손 씻기 등 개인방역 철저

▶ Үйдө да маска тагынып, кол жуу сыяктуу жеке карантинди сактаңыз

▶ 식사 시에는 개인 접시와 배식 수저 등 사용하여 덜어 먹기

▶ Тамактанууда жеке табактарды жана кашыктарды колдонуп, өз алдынча салып жеңиз

▶ 반가움은 악수·포옹보다는 목례로 표현하기

▶ Кубанычты кол алышып, кучакташууга караганда баш ийкеп билдириңиз

▶ 하루에 3번 이상 자주 환기하기

- ▶ Күнүнө кеминде 3 жолу тез-тез желдетип турунuz
- ▶ 손이 많이 닿는 곳(리모컨, 방문 손잡이, 욕실 등)은 하루에 1번 이상 소독하기
- ▶ Кол көп тийген жерлерди (пульт, кол кармагыч, ванна ж.б.) күнүнө бир жолудан көп дезинфекциялап турунuz

피할 것 Эмнеден сактануу керек

- ▶ 밀폐·밀집·밀접 장소(유흥시설, 노래방 등)에는 가지 않기
 - ▶ Жабык, эл көп, тыгын жерлерге (көңүл ачуучу жайлар, караоке бөлмөлөр ж.б.) барбаңыз
 - ▶ 소리지르기, 노래부르기 등 침방울 튀이 발생하는 행동은 자제하기
 - ▶ Кыйкыруудан, ырдоодон ж.б. ушу сыяктуу шилекей чачыроочу кыймылдан алыс болуңуз
- **숙소 귀가 후 Ыйгө кайтып келгенден кийин**
- ▶ 귀가 후, 흐르는 물과 비누로 30초 이상 손 씻기 등 개인방역 철저
 - ▶ Ыйгө кайтып келгенден кийин, агын сууга самын менен 30 секунддан ашык кол жуу ж.б. жеке гигиенаны сактаңыз
 - ▶ 발열 및 호흡기 증상 여부 관찰 및 외출 자제
 - ▶ Дене табы көтөрүлүп же дем алууда белгилер болсо байкоо жана сыртка чыкпаңыз

모임 · 여행할 때

Жолугушууда, саякаттоодо

○ 여행 전 Сапар алдында

실천할 것 Эмне кылуу керек

- ▶ 개인 또는 소규모로 계획하여 여행하기
 - ▶ Жеке же чакан топ менен пландап саякаттоо
- ▶ 다중이용시설, 여행지 등은 혼잡하지 않은 시간대에 예약 방문하기
 - ▶ Көп баруучу коомдук жайларга, саякаттоочу жерлерге ж.б. баруу үчүн алдын ала буйрутма берип көп колдонулбаган убакта сапарга чыгыңыз
- 일정 및 동선을 최소화할 수 있도록 사전 계획하기
 - Графикти жана трафикти минималдаштыруу үчүн алдын-ала пландаштырыңыз
- ▶ 대중교통 및 관광지 입장권 예매와 발권은 온라인서비스 우선 활용하기
 - ▶ Коомдук транспортко жана экскурсиялык аймактарга билеттерди брондоо жана сатып алууда онлайн кызматын пайдаланыңыз
- 좌석은 가급적 한 좌석 띄워 예매하기
 - * Орундукту мүмкүн болсо бир орундук өткөрүп ээлеп коюңуз

피할 것 Эмнеден сактануу керек

- ▶ 밀폐·밀집·밀접 장소는 가지 않기
- ▶ Жабык, эл көп, тыгын жерлерге барбаңыз
- ▶ 필요한 간식·물 등은 사전에 준비하여 가급적 휴게소 들리지 않기
- ▶ Керектүү тамак-аш жана суусундуктуалдын ала даярдап алып, эс алуучу жайларда токтобош керек

- 휴게소 방문 시 가급적 짧은 시간동안 머무르기

- Эс алуучу жайга барганда мүмкүн болушунча кыска убакытта болуңуз

○ **여행 중 Саякат учурунда**

실천할 것 Эмне кылуу керек

▶ 자주 손 씻기

▶ Колунуздун тез-тез жууп туруңуз

▶ 다른 사람과의 불필요한 접촉 피할 수 있도록 동선 최소화

▶ Башкалар менен ашыкча байланышта болбош үчүн трафиги минималдаштырыңыз

▶ Ерсин дс гоуһмуну мәннән кыууеһнән мәнск чакон, сон сити дс кәинбәк чәлч

▶ Карылар ж.б. жогорку коркунуч тобундагы адамдарга жолукканда маска тагынып, кол жуу ж.б. жеке карантинди кылдат караңыз

▶ 실내, 교통수단 내에서 꼭 필요한 통화는 마스크 착용상태에서 작은 목소리로 하기

▶ Ишканада жана транспортто керектүү чалууларды жасоодо маска тагынып кичинекей үн менен жасаңыз.

▶ 휴게소, 식당, 카페 등 다중이용시설에서는 최소 시간만 머무르기(포장·배달 활용)

▶ Эс алуу жайларда, ресторан жана кафелер сыяктуу коомдук жайларда аз убакытта болуңуз (таңгакт оону жана жеткирүүнү колдонуу)

▶ 주문, 예매 등은 가능한 무인기계 사용, 타인과 대면 시 손소독제 사용

▶ Буйрутма берүүдө автоматташтырылган аппараттарды колдонуңуз, башкалар менен беттешкенде колду дезинфекциялоочу каражатты колдонуңуз

▶ 식사 시 대화 자제, 식사 전·후 마스크 착용

▶ Тамактануу учурунда сүйлөшүүдөн алыс болуңуз, тамактанардан мурун жана кийин маска тагыныңыз

피할 것 Эмнеден сактануу керек

▶ 밀폐·밀집·밀접하기 쉽고 마스크 착용이 어려운 실내는 가지 않기

▶ Жабык, эл көп, тыгын жерлерге жана маска тагынууга кыйын жайларга барбаңыз

▶ 불가피하게 방문 시 침방울이 튀는 행위(소리지르기, 노래부르기 등), 신체접촉(악수, 포옹 등) 자제하기

▶ Айла жок барганда шилекейди чачыратуудан (кыйкыруудан, ырдоодон ж.б.) жана физикалык тийүүдөн (кол алышуу, кучакташуу ж.б.) алыс болуңуз.

★ 증상 있는 경우 즉시 콜센터(1399, 지역번호+120)나 보건소 문의하여 검사받기

* Эгерде сизде белгилер байкалса, дароо колл-борборго (1399, аймактын коду +120) же коомдук саламаттыкты сактоо борборуна кайрылыңыз.