



BUPATI TIMOR TENGAH SELATAN

H I M B A U A N

PENCEGAHAN, PERKEMBANGAN DAN PENYEBARAN VIRUS CORONA (COVID-19) DI KABUPATEN TIMOR TENGAH SELATAN

Berasal dari : Bupati Timor Tengah Selatan
Ditujukan kepada : Seluruh Masyarakat Kabupaten Timor Tengah Selatan
Isi :

Dalam rangka pencegahan perkembangan dan penyebaran virus corona (covid-19) di Kabupaten Timor Tengah Selatan dihimbau hal-hal Sebagai Berikut:

1. Kepala keluarga memastikan bagi anggota keluarganya yang datang/pulang dari luar daerah atau luar negeri diwajibkan untuk mengecek kesehatannya terlebih dahulu.
2. Kepala keluarga meminta kepada anggota keluarganya yang berada diluar daerah/luar negeri untuk dihimbau menunda pulang kampung.
3. Tidak keluar rumah/perjalanan keluar daerah kecuali sangat penting.
4. Menghindari tempat-tempat yang berpotensi jadi wahana penularan.
5. Menunda semua kegiatan pengumpulan orang banyak.
6. Tidak Mengunjungi tempat-tempat rekreasi / Destinasi Wisata.
7. Menutup sementara waktu semua aktifitas tempat-tempat rekreasi / Destinasi Wisata yang ada di Kabupaten Timor Tengah Selatan sampai ada pemberitahuan selanjutnya.
8. Ada beberapa hal amat penting untuk dikerjakan setiap pribadi kita dan harus dikerjakan oleh kita semua yaitu:
 - Cuci tangan dengan sabun secara rutin
 - Gunakan metode lain untuk bersapa tanpa saling bersentuhan
 - Gunakan masker jika flu/batuk, pastikan bila batuk/bersin maka tutupi dengan tisu atau lipatan siku tangan
 - Mengonsumsi buah dan sayur serta memasak daging dan telur hingga matang
 - Olahraga teratur dan istirahat yang cukup

9. Periksa kesehatan jika kondisi tubuh demam, flu, batuk, sakit kepala, tenggorokan sakit dan sesak napas.
10. Hindari membesuk pasien yang dirawat di fasilitas kesehatan kecuali sangat penting.
11. Agar masyarakat tidak perlu panik, serta tidak perlu menimbun sembako/kebutuhan sehari-hari karena Pemerintah menjamin ketersediaan pasokannya.
12. Jangan lupa kita berdoa memohon kepada Tuhan Yang Maha Kuasa agar kita terhindar dari virus corona dan kita di berikan kesehatan.

Demikian Himbauan ini disampaikan untuk dilaksanakan.

SoE, 23 Maret 2020

