

Coinnigh fliú na n-éan AMACH

BÍ AG COSAINT D'ÉAN AG TOSÚ INNIU

Coinnigh an ealta scartha ó éin fhiáine

Is féidir le héin fhiáine galair a iompar. Mar sin, coinneigh d'ealta faoi dhídean nó faoi chosaint a oiread agus is féidir.

- Bain úsáid as **díonta soladacha, ballaí séalaithe agus fála** timpeall ar bhotháin.
- Daingnigh limistéir sheachtracha le **líontáin** nó le **himfháluithe sreinge**.

Ná measc do chuid éan féin

Laghdaigh an baol go scaipfear galair idir speicis.

- Seachain **cineálacha éagsúla éan** – cuir i gcás sicíní, lachain agus turcaithe – a choinneáil in éineacht le chéile.

Coinnigh an cúb glan

Lean roinnt céimeanna simplí sláinteachais chun d'éin a choinneáil sábháilte. Gach uair a théann tú isteach sa chúb agus a fhágann tú é:

- Athraigh nó **glan do bhróga**, caith **éadaí glana**.
- **Nigh do lámha** nó úsáid lámhainní.

Tuairiscigh aon rud neamhghnách

Gníomhaigh go tapa chun tú féin agus d'éin a chosaint.

- Má thugann tú aon rud neamhghnách faoi deara – laghdú ar iontógáil bia nó uisce, básanna tobanna nó comharthaí sóirt eile de ghalar – **aonraigh aon éin bhreoite**.
- **Déan teagmháil láithreach** le do thréidlia nó leis na húdaráis sláinte áitiúla.

