

# COVID-19 belum pi hilang, Omicron sampai mi seng di Indonesia Aman ji ki ini bepergian?



**Mau ki di rumah atau bepergian,  
selalu ki terapkan protokol kesehatan (prokes) untuk  
lindungi kita dan keluarga yang lebih berisiko**



# Liburan di rumah bisa tonji seru, tawwa!



Kompetisi video game atau board game jarak jauh



Sama-sama ki ibadah virtual



Bisa ki bertukar hampers dan membukanya bersama secara online



Makan malam dan bakar-bakar ikan bersama keluarga inti



Menyampaikan selamat natal dan tahun baru lewat video call



Menghias pohon natal secara virtual



Tulis ki resolusi 2022 ta melalui aplikasi online



Lomba foto dan tebak lagu secara virtual



Nonton ki film yang lagi tayang di bioskop rame-rame ki sama keluarga di rumah ta melalui aplikasi tertentu



AUSTRALIA INDONESIA  
HEALTH SECURITY  
PARTNERSHIP



Mana ma mi di rumah,  
tetap ki jalankan **prokes** ta,  
terutama jika menerima tamu

Lindungi ki **lansia**, **orang dengan disabilitas**, dan  
**balita** dengan melakukan **prokes** lebih ketat!



Selalu ki pake masker ta  
kalau ada tamu atau kalau  
lagi demam, batuk, pilek



Rajin ki cuci tangan ta pake  
sabun selama 20 detik



Pake ki hand sanitizer



Hindari mi ki dulu cipika-cipiki  
dengan tamu atau keluarga  
yang baru pulang dari luar  
rumah



Jangan ki berbagi alat-alat  
makan dan minum



# Kalau berlibur ke luar rumah bersama teman atau keluarga, pastikan ki hal-hal berikut:

- ✓ Rombongan ta dalam kondisi sehat atau tidak ada yang suhu tubuhnya di atas 37,5° C
- ✓ Pastikan ki semua ada hasil tes swab negatifnya
- ✓ Terapkan ki 5M
- ✓ Ganti ki masker ta kalau lewat mi 4 jam
- ✓ Pakai ki masker yang sesuai standar, menutupi hidung dan dagu
- ✓ Bawa dan pake ki selalu hand sanitizer
- ✓ Langsung mi ki mandi dan ganti baju ta sehabis dari luar
- ✓ Jaga ki kebersihan kamar dan lingkungan ta selama menginap
- ✓ Jaga ki daya tahan tubuh ta dengan makan dan minum bergizi serta tidur yang cukup
- ✓ Jangan mi ki dulu datang ke tempat wisata yang ramai dan penuh kerumunan



## Kalau liburan ki sama anggota keluarga ta yang **lansia**, **penyandang disabilitas**, dan **balita**, jangan ki lupa untuk:

- Perhatikan dan bantu ki mereka agar selalu patuh protokol 5M
- Hindari ki lokasi-lokasi kerumunan
- Tau memang mi pusat layanan kesehatan terdekat untuk antisipasi situasi darurat
- Bawa ki buku riwayat kesehatannya
- Bawa ki obat-obatan yang harus dikonsumsi rutin
- Simpan ki nomor kontak dokter atau petugas medis dalam phone book

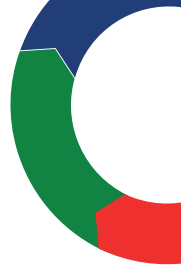
## Khusus aplikasi PeduliLindungi

- Instal ki aplikasi PeduliLindungi di HP ta
- Pastikan ki sertifikat vaksin (minimal 1x) sudah ada mi di aplikasi
- Jangan ki lalai scan PeduliLindungi setiap keluar masuk lokasi
- Ikuti ki terus informasi umum dan perhatikan status zona di sekitar ta

Kalau ada orang rumah ta yang belum pi divaksin, lebih baik liburan ta di rumah mi saja



# Kalau pulang mi ki dari staycation, lakukan karantina mandiri di rumah ta:



- 1 Tes Swab PCR ki  
6 hari setelah  
kepulangan**
- 2 Karantina mandiri ki  
10-14 hari (kalau  
tidak melakukan  
test swab)**





**Mau ki liburan di rumah atau di luar rumah, jangan ki lupa untuk selalu taat prokes di'!**

إِذَا سَمِعْتُمْ بِا لَطَّاعُونَ بِأَرْضٍ فَلَا تَدْخُلُوهَا، وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلَا تَخْرُجُوا مِنْهَا

**“ Jika kalian mendengar penyakit kusta terjadi disebuah daerah maka janganlah masuk ke daerah tersebut dan jika terjadi hal itu di kampungmu maka jangan tinggalkan kampungmu.”  
(Hadis riwayat Bukhari dari sahabat Nabi Usamah Bin Zaid)**

