



Igiena mâinilor

Spălați-vă bine pe mâini cu apă și săpun sau folosiți dezinfectant de mână, în special:

- Când intrați în spații închise de exemplu, loc de muncă, școală sau propria locuință.
- Când ajungeți acasă.
- După utilizarea toaletei.
- Înainte și după mâncare.
- După ce vă suflați nasul, tușiți sau strănutați în palmă.

Amintiți-vă întotdeauna să vă spălați mâinile, nu numai dezinfectați, în cazul în care mâinile sunt vizibil murdare.





STOP!

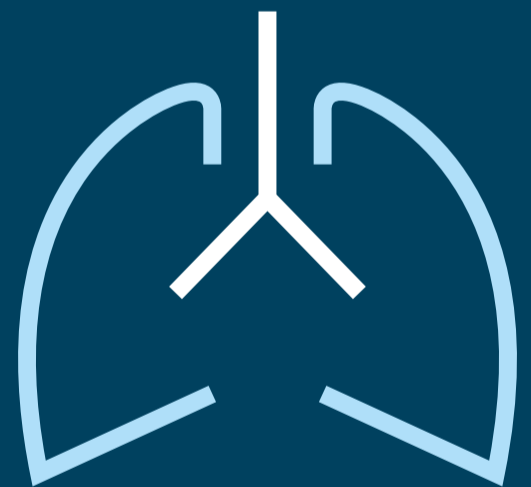
Ai simptome? Atunci, nu intra!



Tusă uscată



Febră



Dificultăți de respirație

Dacă aveți simptome, izolați-vă și asigurați-vă că veți fi testat. Stați acasă 48 de ore după ce simptomele au dispărut complet.





Prevenirea infecției

Noul virus corona se răspândește tipic, în locuri aglomerate cu multe persoane, prin strângeri de mână și picături mici de tuse și strănut. Protejați-vă pe voi înșivă și alții cu următoarele sfaturi.



Spălați-vă pe mâini de multe ori sau folosiți dezinfectant de mâini.



Tușiți sau strănutați în încheietura cotului.



Evitați strângerile de mână, săruturi pe obraz și îmbrățișările – limitați contactul fizic.



Fiți atenți la curățenie.



Păstrați distanța și să-l rugați pe alții să fie și ei precauți.

