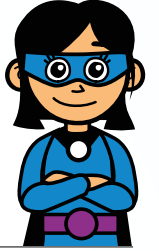




# CUM SĂ FII BINE PROTEJAT DE INFECȚIA CU NOUL CORONAVIRUS (COVID-19)



**Folosește apa și săpunul** pentru a te spăla temeinic pe mâini sau **dezinfectează-ți mâinile** cu o soluție pe bază de alcool, chiar dacă nu ți se pare că sunt murdare.

**Spală-te pe mâini:**

- înainte de fiecare masă sau gustare;
- când te întorci acasă;
- ori de câte ori atingi un obiect pe care l-au atins și alții (cum ar fi clanța ușii);
- după ce ai utilizat toaleta.

Virusul poate pătrunde în corp prin **ochi, nas sau gură**, așa că este important să **nu îți atingi fața** dacă mâinile nu sunt **bine spălate sau dezinfectate**.



**Poartă masca** pentru a te feri pe tine și pe ceilalți de infecție.

La nevoie, strănută sau tușește **într-un șervețel, aruncă-l imediat** la un coș cu capac și **spală-te bine pe mâini**.



Simți că **ai febră** sau e ceva în neregulă cu starea ta de sănătate? **Te doare gâtul, tușești sau respiri mai greu?** Anunță imediat un adult – părinte, cadru didactic sau cabinetul medical școlar.

Menține permanent o **distanță de cel puțin 1 metru** față de alte persoane. Respectă măsurile de distanțare luate de școală, ele sunt pentru siguranța ta!

