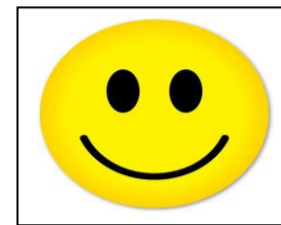


## **Măsuri de protecție la nivel individual**

• **Spălați-vă des pe mâini!**

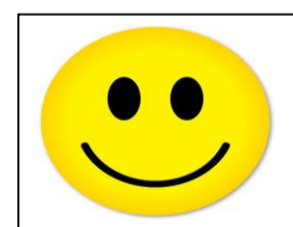


• **Tușiți sau strănutați în pliul cotului sau într-un șervețel!**

• **Utilizați un șervețel de unică folosință, după care aruncați-l!**

• **Salutați-i pe ceilalți fără să dați mâna!**

• **Nu vă strângeți în brațe!**



• **Păstrați distanțarea fizică, evitați aglomerațiile!**

• **Purtați mască atunci când vă aflați în interiorul școlii!**

Extras din Ordinul 5487/2020 pentru aprobarea măsurilor de organizare a activității în cadrul unităților/instituțiilor de învățământ în condiții de siguranță epidemiologică pentru prevenirea îmbolnăvirilor cu virusul SARS-CoV-2

- **Instruiri periodice ale elevilor:** în prima zi de școală și cel puțin odată pe săptămână elevii vor fi instruiți de către cadrele didactice în vederea respectării măsurilor de protecție și prevenție a infecției cu SARS-CoV-2:

### **Tipuri de mesaje:**

- **Spălați-vă frecvent și regulat pe mâini, cel puțin 20 de secunde cu apă și săpun;**
- **Mențineți o distanță cât mai mare față de celelalte persoane;**
- **Poartă corect masca de protecție.**

### **AȘA DA:**

- **Spală-te/Dezinfectează-te pe mâini înainte de a pune mâna pe mască**
- **Verifică masca să nu aibă rupturi sau găuri**
- **Identifică partea de sus, care trebuie să aibă banda metalică sau marginea tare**
- **Pune masca cu partea colorată spre exterior**
- **Așază banda metalică sau marginea tare deasupra nasului**
- **Acoperă nasul, gura și bărbia**
- **Potrivește masca pe față fără a lăsa spații libere pe lateralele feței**
- **Evită să atingi masca**
- **Scoate masca apucând-o de barete**
- **Ține masca departe de tine și de suprafețe în timp ce o scoți**
- **După folosire, aruncă imediat masca, într-un coș cu capac**
- **Spală-te/dezinfectează-te pe mâini după ce arunci masca**

### **AȘA NU:**

- **Nu folosi o mască ruptă sau umedă**
- **Nu purta masca doar peste gură sau sub bărbie**
- **Nu purta o mască prea largă**
- **Nu atinge partea din față a măștii**
- **Nu scoate masca pentru a vorbi cu cineva sau pentru a face altceva ce necesită reatingerea măștii**
- **Nu-ți lăsa masca la îndemâna altor persoane**
- **Nu refolosi masca**
- **Nu schimba masca cu altă persoană**
- **Evitați să vă atingeți ochii, nasul și gura cu mâinile neigienizate. Acoperiți gura și nasul cu o batistă de unică folosință sau folosiți cotul îndoit în cazul în care se întâmplă să strănutați sau să tușiți. După aceea, aruncați batista utilizată.**
- **Curățați obiectele/suprafețele utilizate sau atinse frecvent folosind șervețele/lavete/produce biocide/virucide.**
- **Solicitați consult de specialitate dacă prezentați simptome precum febră, tuse sau dificultăți la respirație sau orice altă simptomatologie de boală.**
- **Discutați cu profesorii dacă aveți întrebări sau griji.**