

ANEXA 5

MĂSURI DE PROTECȚIE LA NIVEL INDIVIDUAL MESAJE IMPORTANTE

- Spălați-vă des pe mâini!
- Tușiți sau strănușați 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 strângeti în brațe!
- Păstrați distanțarea fizică, evitați aglomerațiile!
- Purtați mască atunci când vă aflați în perimetrușcolii!
- Purtați corect masca de protecție!

MĂSURI DE PROTECȚIE LA NIVEL INDIVIDUAL

SPĂLAREA/ DEZINFECTAREA MÂINILOR

- Imediat după intrarea în școală și înainte de a intra în sala de clasă
- Înainte și după pauza/ pauzele de masă
- Înainte și după utilizarea toaletei
- După tuse sau strănut
- Ori de câte ori este necesar

PURTAREA MĂȘTII DE PROTECȚIE

- Masca de protecție este obligatorie pentru întreg personalul unității de învățământ și va fi purtată în sălile de clasă, în cancelarie, în timpul deplasării prin unitatea de învățământ și în timpul recreației (atunci când se află în interior și exterior)
- Masca de protecție este obligatorie pentru elevii din învățământul primar, gimnazial și liceal și va fi purtată în sălile de clasă și în timpul deplasării prin unitatea de învățământ și în timpul recreației (atunci când se află în interior și exterior)
- Schimbul măștii de protecție între persoane este interzis

AŞA 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 suprafete în timp ce o scoți
- După folosire, aruncă imediat masca, într-un cos cu capac
- Spală-te/ Dezinfectează-te pe mâini după ce arunci masca

AŞA 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 strănuitați sau să tușiți
- Curățați obiectele/ suprafețele utilizate sau atinse frecvent folosind șervețele/lavete/produse biocide/ virucide
- Solicitați consult de specialitate dacă prezentați simptome precum febră, tuse sau dificultăți la respirație sau orice altă simptomatologie de boală