



COVID-19 - Reguli pentru persoanele care folosesc transportul în comun



Respectați următoarele reguli generale:

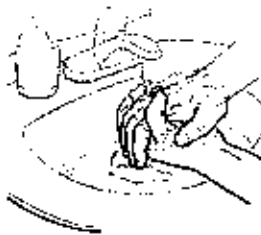
Evitați pe cât posibil utilizarea mijloacelor de transport în comun dacă prezentați semne ale unei infecții respiratorii (aveți febră, tușiți, strănutați)!



Încercați să păstrați cel puțin 1 m distanță față de o persoană care tușește sau strănută!



Spălați-vă pe mâini imediat ce ajungeți acasă/birou cu apă și săpun cel puțin 20 de secunde!



Evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura cu mâinile înainte să vă spălați pe mâini!



Acoperiți-vă gura și nasul cu șervețel de unică folosință sau cu plica cotului când tușiți sau strănutați!



Purtați mască DOAR dacă prezentați semne ale unei infecții respiratorii



Informați-vă doar din surse oficiale publicate pe site-ul Ministerului Sănătății (www.ms.ro) sau al Institutului Național de Sănătate Publică (www.insp.gov.ro)!



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ



COVID-19 - Reguli de transmis elevilor și părinților



Respectați următoarele reguli generale:

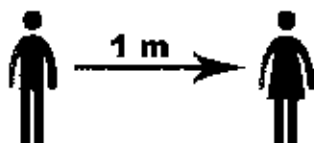
Spălați-vă cât mai des pe mâini cu apă și săpun cel puțin 20 de secunde! Este obligatoriu să vă spălați pe mâini: înainte să mâncați, înainte și după ce ați folosit toaleta, înainte să vă atingeți ochii, gura, nasul!



Evitați să atingeți suprafețele folosite în comun de mai multe persoane!



Încercați să păstrați cel puțin 1 metru distanță față de o persoană care tușește sau strănută!



Evitați pe cât posibil zonele aglomerate!



Nu duceți copilul la școală dacă prezintă oricare dintre următoarele simptome: febră, tuse, strănut, dificultate în respirație, dureri musculare.



Evitați pe cât posibil contactul cu persoane bolnave!



În cazul în care ați călătorit în ultimele 14 zile într-o zonă afectată de noul coronavirus (SARS CoV-2) sau ați intrat în contact cu o persoană confirmată cu COVID-19 și prezentați simptome (febră, tuse, dificultate la respirație, durere în gât), sunați la 112!

TUSE



FEBRĂ



DIFICULTĂȚI
LA RESPIRAȚIE



DURERE ÎN GÂT



Informați-vă doar din surse oficiale publicate
pe site-ul Ministerului Sănătății (www.ms.ro)
sau al Institutului Național de Sănătate Publică
(www.insp.gov.ro)!



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL
DE SĂNĂȚATE PUBLICĂ



COVID-19 - Măsuri pentru persoanele aflate în izolare la domiciliu

Daca ați călătorit în ultimele 14 zile într-o zonă afectată de noul coronavirus (SARS CoV-2)

Sau

Ați intrat în contact cu o persoană confirmată cu COVID-19

Aveți obligația de a nu părăsi domiciliul declarat atât dvs. cât și persoanele care locuiesc la aceeași adresa pe o perioadă de 14 zile

Respectați următoarele reguli generale:

Evitați contactul apropiat cu celelalte persoane din locuință, izolați-vă într-o cameră separată pe cât posibil



Acoperiți-vă gura și nasul cu șervețel de unică folosință sau cu plica cotului când tușiți sau strănutati!



Spălați-vă cât mai des pe mâini cu apă și săpun timp de cel puțin 20 de secunde!



Curățați și dezinfectați zilnic suprafețele pe care le atingeți frecvent!



Nu părăsiți domiciliul și Nu primiți vizitatori acasă în cele 14 zile



Informați-vă zilnic doar din sursele autorizate (ex: Ministerul Sănătății, Institutul Național de Sănătate Publică)



Și

Dacă apare unul dintre aceste simptome:



Sunați la 112





COVID-19 - Reguli pentru persoanele aflate în carantină

Respectați următoarele reguli generale:

Respectați programul de carantină și instrucțiunile indicate de personalul medical!



Spălați-vă pe mâini foarte des, cu apă și săpun, cel puțin 20 de secunde!



Evitați pe cât posibil contactul apropiat cu celelalte persoane aflate în carantină.



Încercați să vă mențineți calmul și să reacționați suportiv față de persoanele cu care veniți în contact!



Informați-vă utilizând doar sursele oficiale - Ministerul Sănătății www.ms.ro și Institutul Național de Sănătate Publică www.insp.gov.ro -



Anunțați imediat personalul medical în cazul în care prezentați simptome (febră, tuse, dificultate la respirație, durere în gât)



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL
DE SĂNĂTATE PUBLICĂ