



Dacă nu te simți bine, întoarce-te acasă.

Febra, tusea uscată, oboseala, durerile musculare, nasul înfundat, durerile de cap, durerile de gât, diareea sau lipsa gustului/mirosului sunt posibile simptome ale îmbolnăvirii cu COVID-19. Dacă ai unul sau mai multe dintre simptomele de mai sus **sună-ți părinții, mergi acasă și contactează-ți medicul de familie.**



Poartă mereu o mască peste nas și gură, atât la școală, cât și în afara ei.

Atunci când porți mască, ai grijă de tine și de ceilalți. Ei o poartă ca să aibă grijă de ei și de tine.

**om
cu
om
OPRIM
PANDEMIA**



Public Health
BABEȘ-BOLYAI UNIVERSITY



MINISTERUL
EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII



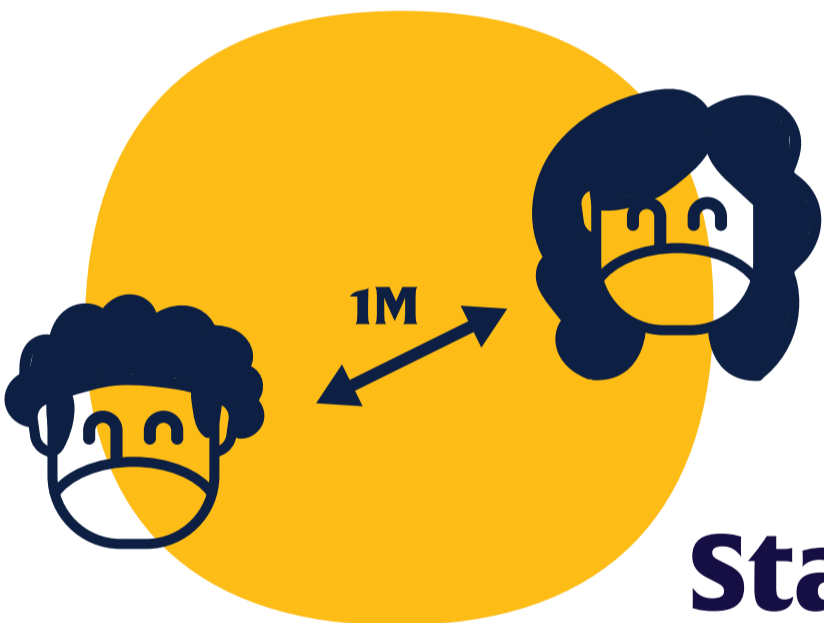
MINISTERUL
SĂNĂȚII

 La intrarea în școală



Poartă mereu o mască peste nas și gură, atât în pauză, cât și după.

Atunci când porți mască, ai grijă de tine și de ceilalți. Ei o poartă ca să aibă grijă de ei și de tine.



Stai mereu la cel puțin un metru de ceilalți colegi în pauză.

Cu cât este mai mare distanța față de ceilalți, cu atât este mai mic riscul să te infectezi.

**om
cu
om
OPRIM
PANDEMIA**



Public Health
BABEȘ-BOLYAI UNIVERSITY

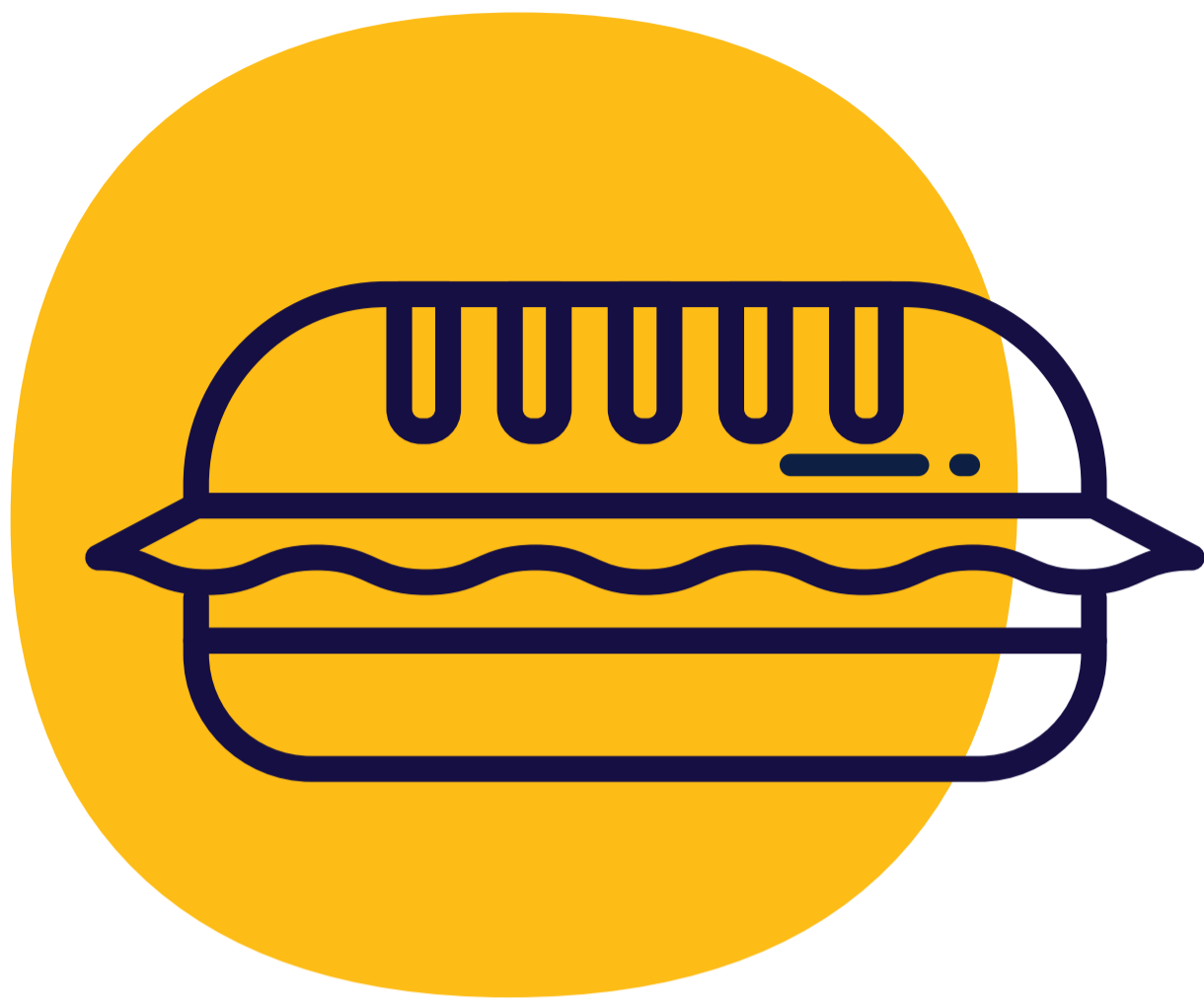


MINISTERUL
EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII



MINISTERUL
SĂNĂTĂȚII

 La ieșirea din școală



Păstrează distanțarea fizică și în timpul pauzei de masă.

Atunci când mănânci și vorbești, riști să te infectezi sau să-i infectezi pe ceilalți.

om
cu
om
OPRIM
PANDEMIA



Public Health
BABEȘ-BOLYAI UNIVERSITY



MINISTERUL
EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII



MINISTERUL
SĂNĂTĂȚII

📍 În cantine sau locuri unde se mănâncă



Poartă mereu o mască peste nas și gură, atât în clasă, cât și în afara ei.

Atunci când porți mască, ai grijă de tine și de ceilalți. Ei o poartă ca să aibă grijă de ei și de tine.



Dezinfectează-te pe mâini când intri în clasă.

Dezinfectantul elimină virușii și bacteriile de pe mâinile noastre.



Deschide ferestrele cât de des posibil, cel puțin în fiecare pauză.

Când aerisim clasa, riscul de infectare scade.

om
cu
om
OPRIM
PANDEMIA



Public Health
BABEȘ-BOLYAI UNIVERSITY

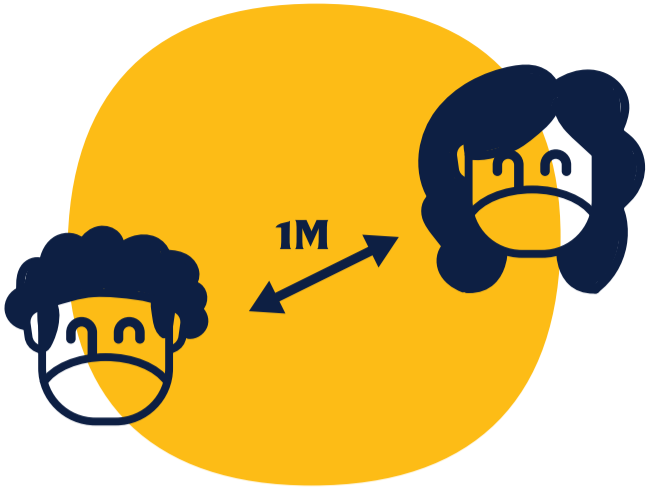


MINISTERUL
EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII



MINISTERUL
SĂNĂȚĂII

 La intrarea din clasă



Stai mereu la cel puțin un metru de ceilalți colegi în clasă.

Cu cât este mai mare distanța față de ceilalți, cu atât este mai mic riscul să te infectezi.



Nu îți atinge fața cu mâinile.

Încearcă să nu te atingi pe față. În special pe ochi, gură și nas.



Tușește sau strănută în pliul cotului sau într-un șervețel, nu în palmă.

Apoi dezinfectează-ți sau spală-ți mâinile.

om
cu
om
OPRIM
PANDEMIA



Public Health
BABEȘ-BOLYAI UNIVERSITY



MINISTERUL
EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII



MINISTERUL
SĂNĂȚĂII

📍 La intrarea din clasă



Deschide ferestrele

Cât de des posibil, cel puțin în fiecare pauză. Când aerisim clasa, riscul de infectare scade.

om
cu
om
OPRIM
PANDEMIA



Public Health
BABEȘ-BOLYAI UNIVERSITY



MINISTERUL
EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII



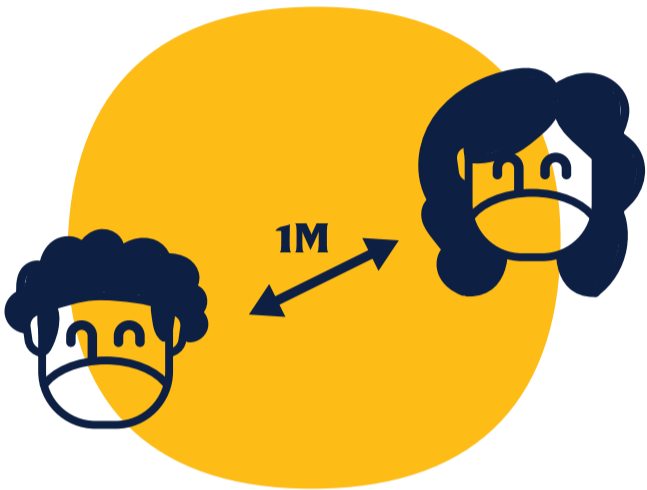
MINISTERUL
SĂNĂȚĂII

 Pe ferestre



Poartă mereu o mască peste nas și gură, atât în pauză, cât și după.

Atunci când porți mască, ai grijă de tine și de ceilalți. Ei o poartă ca să aibă grijă de ei și de tine.



Stai mereu la cel puțin un metru de ceilalți colegi în pauză.

Cu cât este mai mare distanța față de ceilalți, cu atât este mai mic riscul să te infectezi.



Dezinfectează-te pe mâini când ieși din clasă.

Dezinfectantul elimină virușii și bacteriile de pe mâinile noastre.

om
cu
om
OPRIM
PANDEMIA



Public Health
BABEȘ-BOLYAI UNIVERSITY



MINISTERUL
EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII



MINISTERUL
SĂNĂȚĂII

📍 La ieșirea din clasă



Spală-te pe mâini sau dezinfectează-te atunci când intri în baie.

Dacă te speli pe mâini sau te dezinfecți,
elimini virusii și bacteriile de pe mâinile tale.

om
cu
om
**OPRIM
PANDEMIA**



MINISTERUL
EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII

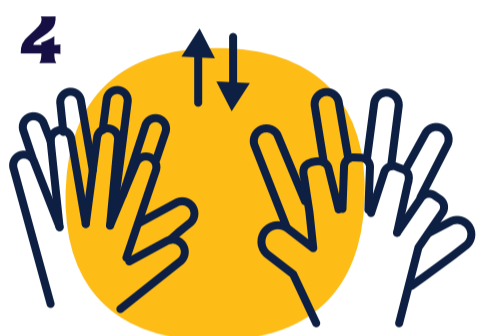


MINISTERUL
SĂNĂȚĂII

 La intrarea în baie

Cum ne spălăm corect mâinile?

Nu te spăla repede pe mâini, ia-ți măcar **30 de secunde** pentru a urma toți pașii:



om
cu
om
OPRIM
PANDEMIA

Sursă sfaturi:
Organizația Mondială a Sănătății



World Health
Organization



MINISTERUL
EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII



MINISTERUL
SĂNĂTĂȚII

📍 La chiuveta din baie



Lasă capacul jos înainte să tragi apa.

Pentru a evita răspândirea virușilor în încăpere, lăsați capacul vasului de toaletă jos înainte de a trage apa.

om
cu
om
**OPRIM
PANDEMIA**



Public Health
BABEȘ-BOLYAI UNIVERSITY



MINISTERUL
EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII



MINISTERUL
SĂNĂTĂȚII

 Lângă toaletă



Spală-te pe mâini sau dezinfectează-te atunci când ieși din baie.

Dacă te speli pe mâini sau te dezinfecți,
elimini virusii și bacteriile de pe mâinile tale.

om
cu
om
**OPRIM
PANDEMIA**



MINISTERUL
EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII



MINISTERUL
SĂNĂȚĂII

 La ieșirea din baie