

REGULI PENTRU ELEVI:

- 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;
- 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-vă 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/produse 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.