



Sfaturi pentru părinți

- ★ Copiii să fie hidratați în mod excesiv cu ceai în care s-a fiert preț de minim 1 minut lămâie;
- ★ Spălatul pe mâini sau ungerea cu dezinfectant trebuie să fie un obicei practicat ori de câte ori se intră în contact direct cu persoane despre a căror sănătate nu se știe amănunte sau când s-a pus mâna pe suprafețe din locuri publice (birouri, magazine, autobuz, etc);
- ★ Măștile medicale ne pot proteja doar la contactul virusului cu suprafața gurii și a nasului;
- ★ Virusul nu se transmite pe calea aerului ci prin contact direct cu picături de la persoană infectată iar căile de intrare sunt: gură, nas și ochi. Spre exemplu, o mână care a atins o suprafață infectată, dacă este dusă la ochi, poate deveni sursa de intrare a virusului.
- ★ Incidența acestui virus nu este mai mare decât a gripei obișnuite doar că datorită igienei, se poate transmite mult mai rapid;
- ★ Nu este indicat să se administreze medicamente după propriile considerente! Orice medicament va fi acordat doar cu prescripție medicală;
- ★ În caz de contact cu persoane ce vin din zone declarate public ca fiind clar contaminate se va contacta telefonic Direcția de sănătate publică Bacău.



CUM SĂ FII BINE PROTEJAT DE INFECȚIA CU NOUL CORONAVIRUS (COVID-19)



unicef 
pentru fiecare copil

Spală-te des pe mâini!

Folosește temeinic apa și săpunul sau **dezinfectează-ți mâinile** cu o soluție pe bază de alcool, chiar dacă nu ți se pare că sunt murdare. Spală-te pe mâini **înainte de fiecare masă** sau gustare sau **ori de câte ori atingi un obiect pe care l-au atins și alții** (cum ar fi clanța ușii). Săpunul și soluțiile dezinfectanteucid **virusii care ne pot îmbolnăvi și care sunt invizibili**.



Protejează-i pe cei din jur! Acoperă-ți gura și nasul atunci când strănuți sau tușești!

Strănută sau tușește în **pliul cotului sau într-un șervețel** pe care **aruncă-l imediat** la un coș cu capac și **spală-te bine pe mâini**.



Nu îți atinge fața cu mâinile nespălate sau nedezinfectate!

Virusul poate pătrunde în corp prin **ochi, nas sau gură**, așa că este important **să nu îți atingi fața** dacă mâinile nu sunt **bine spălate** sau dezinfectate.



Stai la distanță de cei care au simptome de răceală!

Menține o distanță de **cel puțin 1 metru** față de persoanele care strănută, tușesc, sau cărora le curge nasul. Atunci când cineva tușește sau strănută, **picăturile de salivă, care conțin virusul**, îi pot atinge pe cei din jur și le pot **transmite boala**.



Dacă nu te simți bine, anunță-i din timp pe cei care te pot ajuta!

Simți că ai **febră sau e ceva în neregulă** cu starea ta de sănătate? Te doare gâtul, **tușești sau respiri mai greu**? Anunță-i **imediat** pe cei care te pot ajuta: **profesori, părinți sau personalul medical** școlar.