



**Protectia impotriva bolilor infectioase cere intotdeauna respectarea urmatoarelor masuri de igiena esentiale:**



## IGIENA MAINILOR

**Spalati-va mainile in mod regulat timp de 20-30 de secunde**

De exemplu dupa tuse sau stranut, dupa folosirea unui mijloc de transport in comun, inainte de masa, dupa toaleta. Dezinfectarea mainilor, in cazul in care spalarea lor nu este posibila sau in urma unui contact cu secretii corporale. Urmati instructiunile pentru spalarea si dezinfectarea mainilor.



## STRANUTUL SI TUSEA

**Atentie la igiena in caz de tuse si stranut**

Tusiti sau stranutati intr-o batista sau in pliul bratului. Pastrati o distanta cat de mare fata de alte persoane. Cel mai bine este a va intoarce cu spatele la acestea si a va indeparta de ele. Batistele de unica folosinta se elimina depunandu-le intrun cos de deseuri.



## AERISITI IN MOD REGULAT

**Aerisire prin fereastra la fiecare cca 20 de minute**

Pentru a asigura un aer propice sanatatii in interior, precum si pentru a reduce riscul de transmitere a unei boli infectioase si noxele din incaperi este necesara o aerisire regulata si suficienta. De asemenea, o buna calitate a aerului constituie o importanta contributie la mentinerea nivelului de performanta si la evitarea unor disconforturi nespecifice si a unor mirosuri neplacute.

Cu cat este mai mare diferenta de temperatura dintre interior si exterior, cu atat mai eficienta este ventilatia. Prin urmare, la temperaturile scazute din timpul iernii, o aerisire de 3-5 minute este foarte efectiva. In zile calde, aerisirea dureaza mai mult.

## IN CAZUL IMBOLNAVIRII



**In caz de imbolnavire nu se frecventeaza scoala**

Persoanelor care au contractat anumite boli infectioase sau sunt suspectate de a fi bolnave nu le este permis accesul la cladirea respectiv incinta scolii sau participarea la evenimente scolare. **Informatii pentru parinti si alti reprezentanti legali.\***



**LA CAZURI DE INFECTIE IN CRESTERE prin picaturi si aerosoli care contin agenti patogeni (de ex. valuri de raceala sau gripa, focare de SARS-CoV-2) se recomanda\* respectarea voluntara a urmatoarelor masuri de eficacitate dovedita:**

## MENTINEREA DISTANTEI



**Distanta reduce riscul unei infectii**

O distanta, pe cat posibil de 1,5 metri, fata de alte persoane reduce riscul de infectie prin picaturi care contin agenti patogeni.

## MASTI



**Mastile reduc riscul infectarii**

Purtarea mastilor in interior, in zone publice si in transportul public reduce riscul unei infectii. Acest lucru este valabil indeosebi atunci cand persoane se intalnesc, raman mai mult timp in acelasi loc sau distanta de 1,5 metri nu poate fi intotdeauna mentinuta.

*\* Masurile obligatorii de protectie impotriva infectiilor, promulgate de municipalitati, landuri sau de Guvernul Federal (de ex. Ordonanta Corona sau Ordonanta de Izolare) se vor respecta cu prioritate.*

