

JUDETUL ARGES
PRIMARIA BOTESTI

RECOMANDĂRI PRIVIND CONDUITA SOCIALĂ RESPONSABILĂ ÎN PREVENIREA RASPÂNDIRII CORONAVIRUSULUI(COVID-19)

Evitați zonele aglomerate unde sunteți expuși la contact direct și sau interacțiuni cu un nr mai mare de persoane, de tipul adunărilor publice, cozi, zone de trafic intens, zone de recreere.

Feriți copiii de acele locuri de joacă care presupun atingerea unor suprafețe/obiecte comune de către un nr mare de copii.

Limitați la maximum orice contact direct cu alte persoane, în afara celor care fac parte din familia restrânsă, prin gesturi cum ar fi : strângerea mâinilor, îmbrățișările, sărutul obrazilor sau ai mâinilor ,atingerea fețelor cu mâinile.

Se recomandă, inclusiv cu cei care locuiți, să nu intrați în contact direct decât după igienizarea mâinilor atunci când reveniți de la domiciliu.

Evitați atingerea suprafețelor care sunt atinse în mod frecvent și de alte persoane, precum: balustrade, clanțe, mânere, butoane de lift sau de acces.

Protejați-vă folosind șervețele de unică folosință.

Păstrați o distanță semnificativă de 1,5 m față de celelalte persoane pe care le întâlniți.

În transportul în comun încercați să nu stați față în față cu alte persoane.

Asigurați-vă, după folosirea transportului în comun, că v-ați igienizat mâinile înainte de a vă atinge fața, nasul sau gura.

Evitați zonele aglomerate de trafic de persoane sau folosiți intervale orare cu nivel scăzut de trafic de persoane.

În mod obligatoriu, românii care se întorc în țară din zone de risc vor trebui să intre în autoizolare la domiciliu, ceea ce presupune ca întreaga familie să facă același lucru.

Optați pentru munca de acasă, în măsura în care aveți această posibilitate oferită de angajator.

Limitați folosirea bancnotelor și a monedelor, optând pentru plăți cu cardul/telefonul sau plăți online.

Respectați cu strictețe regulile de igienă personală recomandate de autorități, pentru a vă proteja atât pe dvs cât și pe cei apropiați. Folosiți masca de protecție doar în cazul în care aveți simptome de gripă sau răceala, pentru a-i proteja pe ceilalți.

Spalati-vă pe mâini cu apă și săpun, minim 20 secunde, după orice contact cu o suprafață potențial contaminată.

Nu vă atingeți ochii, nasul sau gura cu mâinile neigienizate.

Dacă tușiți sau strănutați acoperiți-vă gura și nasul cu un șervețel de unică folosință, pe care aveți grijă să-l aruncați imediat la coșul de gunoi.

Dezinfectați frecvent, cu soluție pe bază de alcool sau clor, suprafețele cu care intrați în contact, atât acasă cât și la locul de muncă.

Aerisiți de mai multe ori pe zi încăperile în care desfășurați activități.

Luați medicamente antivirale sau antibiotice numai la prescripția medicului.

Nu beți lichide din aceeași sticlă/pahar cu alte persoane și nu folosiți aceleași tacâmuri.

Nu intrați în contact direct cu persoanele aflate în autoizolare la domiciliu, indiferent dacă prezintă sau nu simptome specifice coronavirus.

Doar în cazul urgențelor sunați la 112.

Semnalați autorităților orice caz despre care aveți cunoștință că ar fi putut intra în contact cu o persoană confirmată cu noul coronavirus sau că ar fi venit dintr-o țară afectată (zona roșie sau zona galbenă) și care nu se află în izolare.

Semnalați medicului de familie dacă ați călătorit în zonele afectate de coronavirus chiar dacă la momentul respectiv nu se aflau pe lista zonelor aflate sub alertă.

În cazul în care nu puteți contacta medicul de familie sunați la Direcția de Sănătate Publică din județul dvs. și în ultimă instanță la 112.