

Cum să preveniți răspândirea Coronavirusului, răcelilor, gripei și a altor boli

Sfatul 1

Păstrați-vă mâinile curate în permanență spălându-le cu apă și săpun cel puțin 20 de secunde sau folosiți un produs de igienizare pe bază de alcool.

Sfatul 2

Nu vă atingeți fața până nu vă curățați mâinile.

Sfatul 3

Dacă trebuie să tușiți sau să strănuțați, folosiți un șervețel și aruncați-l imediat. Dacă nu aveți un șervețel disponibil, tușiți spre cotul dvs.

Sfatul 4

Luați remedii pentru răceală pentru a preveni contactarea răcelii.

Sfatul 5

Dezinfectați orice obiecte sau suprafață pe care o atingeți în mod regulat, în special telefonul mobil.