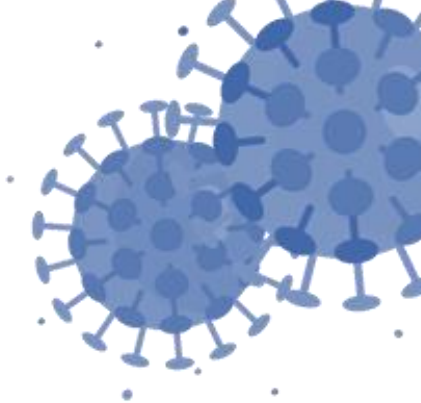


Patru măsuri esențiale pentru a te proteja de COVID-19

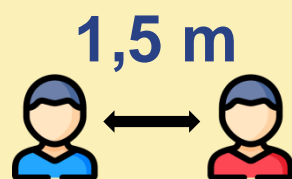


1

Spală-te pe mâini cât mai des

Folosește masca de protecție

Evită să îți atingi ochii, nasul sau gura.
Când tușești sau strănuți, **acoperă-ți gura și nasul cu cotul**



2

Păstrează o **distanță de cel puțin 1,5 metri** față de alte persoane

Limitează-ți contactele

3

Alege **spațiile în aer liber**

Aerisește cât mai des **spațiile închise**



4

Rămâi acasă dacă prezinți **simptome** sau dacă te afli în **izolare** sau **carantină**

4 decembrie 2020

Informează-te numai din surse oficiale:

www.mscbs.gob.es

@sanidadgob

**#ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS**

