



# COVID-19 - Saját védelmünk érdekében

✔ Tartsuk be a következő általános szabályokat:

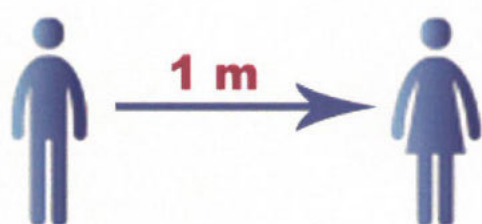
Minél többször mosson kezet  
vizzel és szappannal legalább 20 másodpercig!  
Kötelező kezet mosni: étkezések előtt, WC  
használat előtt és után, a szemek, az orr  
és a száj érintését megelőzően.



Takarja el a száját és orrát  
papírzsebkendővel vagy a  
könyökhajlatba köhögjön  
vagy tüsszentsen.



Tartson legalább 1 méter távolságot  
az olyan személytől, aki köhög vagy tüsszög.



Kerülje a zsúfolt helyeket!



Ne vigye a gyermeket közösségbe,  
ha az alábbi tüneteket észleli rajta:  
láz, köhögés, tüsszögés, nehéz légzés,  
izomfájdalom.



Kerülje a kapcsolatot  
beteg személyekkel.



Ha az elmúlt 14 nap folyamán olyan területen, országban járt, ahol terjed az új koronavírus (SARS CoV-2) vagy esetleg arról van tudomása, hogy új koronavírussal igazoltan fertőzött személlyel érintkezett és légúti fertőzésre utaló tünetei vannak (láz, köhögés, nehézlégzés, torokfájás), akkor mielőbb hívja a 112-es segélyhívószámot.

Láz



Köhögés



Nehéz  
légzés



Torokfájás



Csak hiteles forrásokból tájékozódjon:  
Egészségügyi Minisztérium: [www.ms.ro](http://www.ms.ro) vagy a Nemzeti  
Népegészségügyi Intézet honlapján: [www.insp.gov.ro](http://www.insp.gov.ro)

