

O PROTEJARE EFICIENTĂ TREBUIE SĂ SE BAZEZE PE ÎNCREDERE RECIPROCĂ ȘI SUPRAVEGHEREA SĂNĂTĂȚII NOASTRE ȘI A PERSOANELOR CU CARE INTRAM ÎN CONTACT.

PROTEJÂNDU-TE PE TINE ȘI PERSOANELE DIN JURUL TĂU, PROTEJEZI ÎNTREAGA UMANITATE.

CE POȚI FACE PENTRU TINE ÎNSUȚI

- ➔ Urmează un stil de viață sănătos și echilibrat
- ➔ Informează-te din surse credibile, fără exces de informații: www.salute.gov.it/nuovocoronavirus
- ➔ Evita să te expui riscului de a fi contaminat limitând contactele cu alte persoane și deplasarea
- ➔ Controlează zilnic starea ta de sănătate monitorizând eventuale apariții de simptome
- ➔ Dacă ești bolnav, rămâi acasă, sună medicul și nu merge la locul de muncă
- ➔ Dacă faci parte dintr-o categorie vulnerabilă (boli cronice, femei însărcinate) informează angajatorul și protejează-te în primul rând pe tine



CE POȚI FACE PENTRU PERSOANELE DE CARE AI GRIJĂ

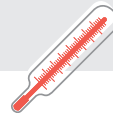
- ➔ Ajută-le să înțeleagă că măsurile restrictive sunt importante și esențiale pentru prevenție
- ➔ Ajută-le să mențină contactele sociale cu ajutorul telefonului și a mijloacelor media
- ➔ Creează prilejuri de relaxare utilizând grădinile și terasele
- ➔ Menține rutina lor zilnică ajutându-i să aibă un stil de viață sănătos și un ritm obișnuit
- ➔ Monitorizează regulat starea de sănătate a persoanei de care ai grijă. Dacă apar simptome contactează medicul de familie sau numerele regionale gratuite.

DACĂ TE OCUPI DE ÎNGRIJIREA UNEI PERSOANE POZITIVE COVID-19

- Protejează-te în mod corespunzător cu echipamente adecvate



- Controlează frecvent starea de sănătate a persoanei pozitive



- Dacă simptomele se agravează cheamă imediat medicul sau suna la 112



Pentru a ști mai mult despre activitățile MSF (MEDICILOR FĂRĂ FRONTIERE) pentru a opri epidemia de Covid-19:

www.msf.it/covid19

