

# Protejați-vă pe dvs. și pe cei din jur împotriva îmbolnăvirii

## Spălați-vă pe mâini

- După ce tușiți și strănutați
- Când îi îngrijiți pe cei bolnavi
- Înainte și după ce gătiți
- Înainte de a mânca
- După ce utilizați toaleta
- Când mâinile sunt vizibil murdare
- După ce atingeți tăieturi, pustule sau orice alte răni deschise
- Puteți utiliza soluție pentru dezinfectat mâinile pe bază de alcool dacă nu aveți mâinile vizibil murdare

