

RIABERTURA DI RI

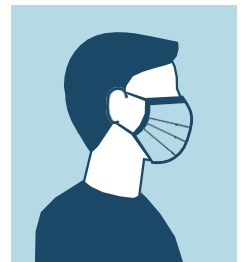
Ôrientason sôbri revestimentus pâ rôstu e máscaras di pánu

Têm tcheu cuzas ki bu pôdi fazi pâ bu djuda protegi bu cabeça e ôtus pessoas contra infeson di COVID-19. Mêsnu kênha ki kê têni ninhum sintôma di doença pôdi spádja COVID-19. Cubri rôstu pôdi djudau impidi spádja COVID-19 pâ ôtus pessoas.

- Um cobertura di rôstu pôdi ser qualquer kuza ki tâ cubri nariz e bóca, incluindo máscara contra puêra, lençus e bandana.
- Kê bu uza máscaras di profissionais di saúde, por exemplu máscaras N95 - pamódi ês tipu di máscaras dêbi ser reservádu pâ profissionais di saúde.
- É importanti ki bu uza revestimentus ô máscaras di rôstu na situasons ki é difícil di manti um distância social di um metro e meio di ôtus pessoas. Por exemplu, nâ um farmácia ô supermercadu.

• Óras ki bu tâ uza máscara di pánu, bu dêbi:

- Ncaixal ku confortu na ládu di rôstu,
- Prendel ku laçus ô fitas,
- Inluei tcheu camadas di tecido,
- Permitti respirason sem restrison e
- Labal e secal na máquina sem strága ô altêra fórma.



Óras ki bu stâ pôi ô trê máscara, kê bu tôca na párti di frênti, bu dêbi manúsia sô láçus e fitas di orédja e lába máscara di pánu regularmenti. Lába mó ô uza desinfetanti pâ mó dipôs di tôca na máscara. Máscaras di panu kê dêbi ser colocadu na kriança ku menus di dôs anu di idádi, nem na qualquer alguém ki tem dificultadi di respira ô ki stâ inconscienti, incapacitadu ô incapaz di rimovi máscara sem ajuda.

Instrusons pâ bu fâzi bu própi máscara di pánu stâ na site di CDC <https://youtu.be/tPx1yqvJgf4>.

Além di uza máscas di pánu, bu dêbi kontínua tâ pratica métodos comprovadus di pruteson.

- Prátika distanciamentu social sempri, mantendu um metro e oitenta di distância di ôtus pessoas, óras ki bu precisa di sai di cása pâ algum viagi importanti.
- Fica nâ cása si bu stâ doenti e evita stâ pertu di ôtus pessoas.
- Lába mó cu água e sabón, cu frequência, duranti pelo menus 20 segundos; usa gel pâ mó à basi di álcool cu pelo menos 60% di álcool, si água e sabón kê stâ disponível.
- Evita tôca na ôdju, nariz e bóca.
- Limpa tudu kuzas ki tâ tocádu cu frequência (por exemplu, maçanetas e bancádas) cu spray ô tualheti di limpeza pâ uzo doméstico.
- Cubri bóca óras ki bu tôssi ô spirra. Uza lençu di papel ô párti di déntu di cutubélu, kê bu uza bu mó.