



III. Recomandări generale

1. Aplicarea cu strictețe a măsurilor de distanțare socială. Practicarea distanțării sociale este recomandată la nivel instituțional și organizațional ca măsură preventivă. Aceasta înseamnă, de exemplu:
 - a. evitarea strângerii mâinilor,
 - b. evitarea contactului la nivelul feței,
 - c. evitarea folosirii transportului în comun în condiții de aglomerație,
 - d. evitarea participării la întâlniri neesențiale și adunări de masă.
2. **Păstrarea distanței** - în cazul vizitelor în teren sau a interacțiunilor prelungite (a căror durată este mai mare de 15 minute) păstrarea unei distanțe de cel puțin 1,5 metri față de interlocutor. Aceasta va preîntâmpina contactul cu stropii posibil purtători de viruși, care pot fi împrăștiți când oamenii vorbesc, strănută, tușesc sau țipă;
3. **Evitarea strângerii mâinilor** - Nu atingeți, decât dacă este necesar. Angajații din serviciile sociale trebuie să evite să atingă persoanele și trebuie să își spele mâinile cu apă și săpun sau cu dezinfectant pe bază de alcool după interacțiunea cu oamenii. Evitați să atingeți suprafețe sau obiecte posibil a fi fost infectate (ex: clanțe de ușă, mânere, ustensile folosite de persoana infectată);
4. **Acordarea unei atenții sporite atingerii feței** (gură, nas, ochi) fără a fi spălat mâinile înainte – deci, în timpul intervențiilor directe, nu trebuie să mâncați, să fumați sau să vă atingeți fața;
5. **Protejarea de strănutul și de tusea celorlalți**: mulți dintre angajații din serviciile sociale efectuează activități de teren, întâlnind un număr semnificativ de persoane, copii, adulți, familii, fiind foarte important să reamintească tuturor despre comportamentele preventive, și în mod special despre nevoia de a-și acoperi gura și nasul când strănută sau tușesc. Dacă sunt în prima linie, aceștia trebuie să îi instruiască pe ceilalți cum să își acopere gura și nasul cu cotul atunci când strănută sau tușesc, și să îi informeze despre nevoia de a arunca batista de unica folosință la coșul de gunoi, imediat după utilizarea ei. Aruncarea acestor batiste este obligatorie, și trebuie urmată imediat de spălarea mâinilor cu apă și săpun;
6. **Spălarea pe mâini**: această acțiune simplă înlătură COVID 19 de pe mâini, în mod special după o vizită în teren sau după o expunere de alt tip. Mâinile trebuie spălate cu săpun, toate degetele, unghiile, pentru minim 20 de secunde, și clătite cu apă. Pentru ștergere sunt recomandate prosoapele de hârtie, care trebuie aruncate la coș imediat după folosire. Spălarea mâinilor este necesară înainte, după orice vizită și oricând se ivește oportunitatea pe timpul zilei de lucru sau activității de teren (VEZI ANEXA);



MINISTERUL MUNCII
ȘI PROTECȚIEI SOCIALE

Anexa

Cum spalam mainile?

**SPALATI MAINILE DACA SUNT VIZIBIL MURDARE! ALTFEL,
DEZINFECTATI-LE**

0 Durata intregii proceduri: 20-30 secunde



Udati mainile cu apa.



Aplicati sapun suficient pentru
a acoperi toata suprafata mainilor.



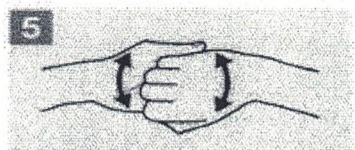
Frecati mainile palma peste palma.



Palma dreapta peste dosul palmei
stangi cu impletirea degetelor
si vice versa.



Palma peste palma cu
degetele impletite.



Dosul degetelor pe palma opusa,
cu degetele impreunate.



Frecari rotative cu degetul
mare stang prins in palma
dreapta si vice versa.



Frecari rotative intr-un sens si celalalt
cu degetele impreunate ale mainii dreapte,
pe palma stanga si vice versa.



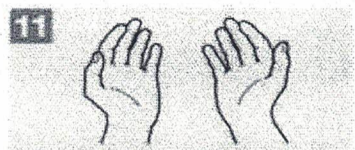
Ciatiți mainile cu apa



Uscati mainile cu
un prosop de unica folosinta.



Inchideti robinetului
folosind un prosop.



Odata uscate, procedura
de spalare este terminata.



World Health
Organization



Ministerul Muncii
și Protecției Sociale



Institutul National de
Sanatate Publica



Centrul National de Educatie si
Promovare a Sanatatii