

MEDIDAS DE PREVENÇÃO PARA SAIR DE CASA

AÇÕES CONTRA O CORONAVÍRUS



1



Ao sair, coloque uma camisa de manga longa.

2



Prenda o cabelo e evite usar acessório como brincos, anéis e colares.

3



Evite utilizar o transporte público.

4



Leve lençinhos descartáveis e use-os para tocar nas superfícies.

5



Leve saquinhos com você, amasse o lenço e jogue-o em um saco fechado dentro da lata de lixo.

6



Ao tossir ou espirrar, não utilize as mãos, cubra a boca com o braço.

7



Evite usar dinheiro em espécie. Se necessário, higienize suas mãos imediatamente.

8



Lave ou higienize suas mãos após tocar em qualquer objeto ou superfície.

9



Não toque seu rosto antes de higienizar suas mãos.

10



Mantenha distância de no mínimo 1 metro das pessoas.

11



Se precisar sair para ir ao médico e esteja com gripe ou tosse, coloque uma máscara pouco antes de sair.

**MUDAR UM HÁBITO PARA
COMBATER O CORONAVÍRUS
VAMOS JUNTOS?**

Unimed

**MUDE1
HÁBITO**