



COMUNE
SAN PIETRO APOSTOLO



ASSOCIAZIONE
CARITÀ E AMORE



Fondazione Colla Solidale onlus

CENTRO "MYRIAM"

Lingua Albanese

Masa higjenike shendetesore:

- a) Larja shpesh e duarve. Rakomandohet venia ne dispozicion te solucioneve alkalike per te lare duart ne te gjitha lokalet publike, palestra, supermerkate, farmaci dhe ne vende te tjera vendgrumbullimi;
- b) shmang kontaktet a afruara me persona qe vuajne nga infeksione te rrugeve te frymemarrjes;
- c) shmang perqafimet, puthjet dhe shtrengimet e duarve;
- d) mbaj nje distanze te pakten 1 meter nga kontaktet nderpersonale;
- e) higjena e frymemarrjes (teshti ose kollitu ne nje shami njeperdorimshe dhe evito kontaktin direkt me duart;
- f) mos perdor gotat, shishe dhe sende te tjera personale te personave te tjere, sidomos gjate veprimtarive sportive;
- g) mos prek me duar syte, hunden dhe gojen;
- h) mbulo me shami ose me beryl gojen kur kollitesh e teshtin;
- i) mos merr ilace qe nuk jane rakomanduar nga mjeku;
- j) pastro sipërfaqet me dizinfektues me baze klori ose alkoli;
- k) perdor masken nese dyshon qe je infektuar ose nese kujdesesh per persona te semure.