

Anexo I

NOVO CORONAVÍRUS
COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: 20 seg.

Irás demorar o mesmo tempo que cantas os "Parabéns"!



Molha as mãos



Aplica sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregua as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Esfrega o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfrega rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Esfrega o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxagua as mãos com água



Seca as mãos com um toalhete descartável

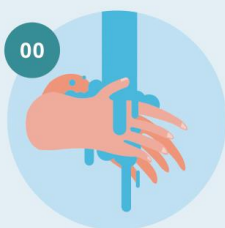
Anexo II

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: **20 segundos**



Molhe as mãos



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com um toalhete descartável

#SEJAUMAGENTEDESUADEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS

Anexo III

CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

SABES COMO TE PODES PROTEGER?



QUANDO ESPIRRARES OU
TOSSIRES TAPA A BOCA E O
NARIZ COM O BRAÇO



LAVA AS MÃOS MUITO BEM E MUITAS VEZES
O TEU PROFESSOR ENSINA-TE



NÃO PARTILHES OS TEUS
OBJETOS NEM A COMIDA

CASO TENHAS ALGUMA DÚVIDA, PERGUNTA AO
TEU PROFESSOR OU À TUA FAMÍLIA



Anexo IV

COVID-19

MÁSCARAS



COMO COLOCAR

- 1º**
LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR
 20"
- 2º**
VER A POSIÇÃO CORRETA
Verificar o lado correto para colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)
 20"
- 3º**
COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS
 20"
- 4º**
AJUSTAR AO ROSTO
Do nariz até abaixo do queixo
 20"
- 5º**
NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS
 20"

DURANTE O USO

- 1º**
TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA
 20"
- 2º**
NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR
 20"
- 3º**
NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA
Se o fizer, lavar as mãos de seguida
 20"

COMO REMOVER

- 1º**
LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER
 20"
- 2º**
RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS
 20"
- 3º**
DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA
 20"
- 4º**
LAVAR AS MÃOS
 20"

TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS