

# 10 REGRAS PREVENTIVAS CONTRA A COVID-19



## 01

### Lave a mãos

frequentemente com água e sabão.

## 06

**Ventile** os espaços com frequência.

## 02

**Respeite o distanciamento** de segurança de 2 metros.

## 07

Se **apresentar algum sintoma**, evite ir ao trabalho e avise por telefone.

## 03

**Use sempre máscara**, proteção facial ou ocular.

## 08

**Meça a temperatura** corporal todos os dias antes de sair de casa.

## 04

**Higienize** todos os objetos pessoais e superfícies de uso comum.

## 09

**Evite**, na medida do possível, o uso de transporte público.

## 05

**Não compartilhe** objetos de escritório nem pessoais, como copos ou utensílios.

## 10

**Ao voltar para casa**, faça a higiene adequada, desinfete objetos pessoais e troque de roupa.

A prevenção é responsabilidade de todos!