



Προστατεύστε τον εαυτό σας και τους γύρω σας από αναπνευστικές λοιμώξεις

Καλύψτε το στόμα και τη μύτη σας **όταν βήχετε ή φταρνίζεστε** με χαρτομάντιλα μιας χρήσης ή με λυγισμένο αγκώνα



Πετάξτε τα χρησιμοποιημένα χαρτομάντιλα αμέσως μετά τη χρήση σε κλειστό κάδο απορριμμάτων

Πλένετε τα χέρια σας σε τακτά χρονικά διαστήματα με σαπούνι και τρεχούμενο νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα και στεγνώστε τα με χαρτοπετσέτες μιας χρήσης. Χρησιμοποιήστε αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα

