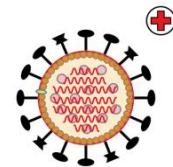


RECOMENDACIONES PARA LA VUELTA AL CENTRO

En este documento encontrarás consejos y normas que hay que cumplir para prevenir el contagio por **coronavirus** cuando volvamos al centro.

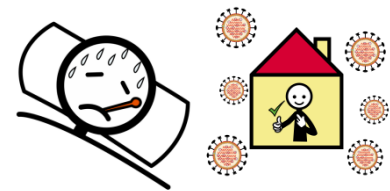


CONSEJO 1: ANTES DE SALIR DE CASA

Tomaré la **temperatura** de mi cuerpo

Si es **mayor de 37,5º** tengo que quedarme en casa

hasta que mejore y llamar al médico



Si tengo tos, mocos, **no me encuentro bien**

o me duele algo, tengo que quedarme en casa,

hasta que mejore y llamar al médico



CONSEJO 2: CUIDAR MI ASEO PERSONAL

1. **Ducharme** todos los días

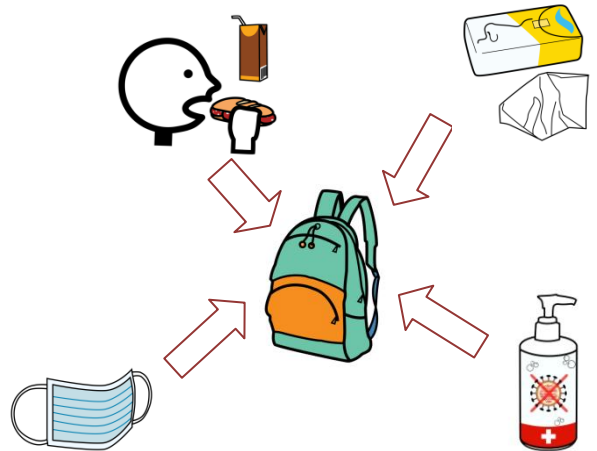
2. Ponerme **ropa limpia** todos los días

3. Cuidar que mi **calzado esté limpio**, todos los días



CONSEJO 3: OBJETOS PERSONALES QUE PUEDO LLEVAR AL CENTRO

1. Mochila
2. Almuerzo
3. Pañuelos papel
4. Mascarilla en una bolsita de plástico
5. Botella de Hidrogel



CONSEJO 4: ¿QUÉ HARÉ CUANDO VUELVA A CASA?

1. Me cambiaré de **ropa**
2. Me cambiaré el **calzado**
3. Me **ducharé**



CONSEJO 5: ¿Y SI TENGO DUDAS, PREGUNTAS O MIEDOS?

Hablaré con los **profesionales** del centro
para que me aclaren todo lo que
quiero saber

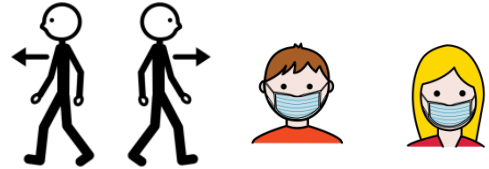


CONSEJOS GENERALES PARA PREVENIR CONTAGIOS

Mantener la **distancia de seguridad de 2 metros**

Si no es posible mantener la distancia,

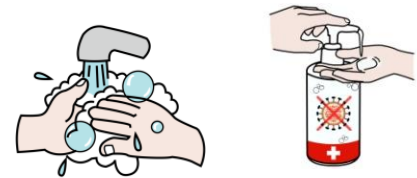
usaré **maskarilla**



Lavarme bastantes veces al día las manos

Si no es posible,

utilizaré hidrogel



Si tengo **tos** o voy a **estornudar**,

acercó mi brazo a la boca`

por la **parte interior del codo**,

para evitar salpicar a los demás.



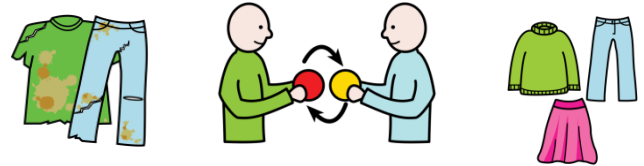
Si toso o estornudo **sobre mi mano**

tengo que **lavarme** enseguida

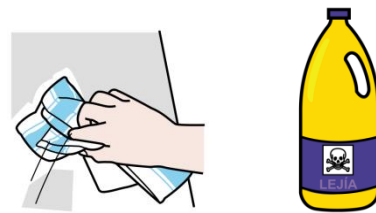
con jabón o con hidrogel



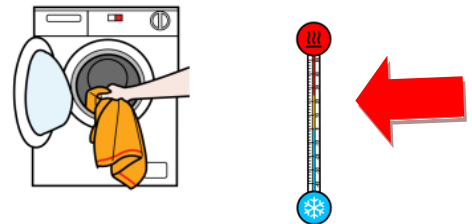
Cuando regresemos a nuestra casa
cambiarnos de ropa y calzado.



Limpiar las superficies de la casa
con **agua y lejía** (1l/50ml)
o desinfectante



Lavar la ropa y bolsas de la compra
con agua y jabón, a ser posible **a 60°C**



Cumplir con las indicaciones
del Ministerio y Conselleria
de **Sanidad**

