



# BONES PRÀCTIQUES EN LA PREVENCIÓ ENFRONT AL NOU CORONAVIRUS (COVID-19)

## SEGUIX ESTES RECOMANACIONS



2 metros



Mantindre una distància d'entorn de 2 metres amb altres persones

Procura no tocar-te els ulls, el nas ni la boca



Renta't les mans amb freqüència amb aigua i sabó

Al tossir o esternudar, cobrix-te la boca i el nas amb el colze flexionat o amb un mocador d'un sol ús.



Si notes símptomes de febra, tos o sensació de falta d'aire, contacta telefònicament amb el **900 300 555**.

## REDUIX EL RISC DE CONTAGI

  
**FREMAM**

Mutua Colaboradora con la Seguridad Social nº 61

Si vols més informació <https://www.mscbs.gob.es/>

