



نشریه آموزشی والدین

شماره ۵

هنگام ورود به منزل باید به چه چیز هایی توجه کنیم

- ۱- اگر ماسک یا دستکش دارید تا قبل از ورود به منزل آنرا در داخل سطل در بسته بندازید.
- ۲- لباس های بیرونی را به داخل منزل نبرید.
- ۳- لباس های بیرونی را با لباس های تمیز در یکجا قرار ندهید.
- ۴- لباس های رویی خود را به صورت عادی در آورده و آن را در ورودی منزل آویزان کنید (یا در محلی که تهویه هوا به خوبی صورت می گیرد)
- ۵- بعد از ورود به منزل بدون دست زدن به هیچ چیز و بدون برخورد یا نشستن در جایی، مستقیماً به دستشویی رفته و دست خود را کامل بشویید (در دستشویی را از باز بگذارید، در صورت باز نبودن در، با دستمال کاغذی درب را باز کنید و سریعاً دستمال را به سطل آشغال در بسته بیندازید و بعد از پایان کار، دستگیره را ضد عفونی کنید.
- ۶- تلفن همراه خود، دسته کلید، سویچ اتومبیل، کیف پول و دیگر وسایل همراه خود را ابتدا با دستمال مرطوب آغشته به الکل ۷۰ درصد به طور کامل ضد عفونی کرده و روی دستمال کاغذی خشک دیگری بگذارید. (در صورت استفاده از قاب محافظ گوشی، قاب محافظ را خارج کرده و هر دو روی گوشی و قاب محافظ را به طور کامل ضد عفونی کنید)
- ۷- دست های خود را بشویید.
- ۸- در این مرحله می توانید لباس منزل خود را بپوشید.

هنگام خروج از منزل باید به چه چیز هایی توجه کنیم

موارد ذیل را هنگام خروج از منزل کنترل کنید

- ✓ از خود بپرسید آیا الزاماً بایستی از خانه خارج شوم؟
- ✓ در صورت نیاز محلول الکلی، دستکش یا ماسک همراه خود دارم؟

توجه داشته باشید

- در صورت داشتن نشانه های تب و سرفه از خانه خارج نشوید.
- در صورت داشتن نشانه های تب و سرفه و ضرورت خروج از خانه حتماً ماسک بزنید.
- چندین عدد دستمال کاغذی تمیز و تا شده داشته باشید.