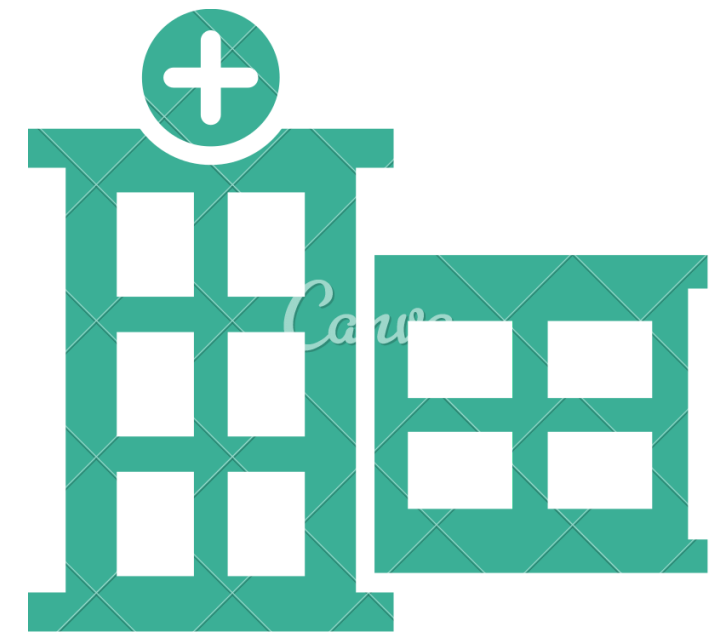


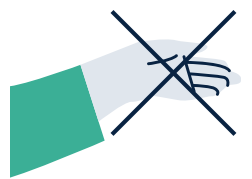
Mantenha nosso ambiente de trabalho seguro!



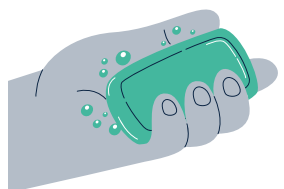
Pratique boa higiene



Não compartilhe utensílios domésticos e de higiene



Pare com os apertos de mãos e use métodos de saudação sem contato



Lave suas mãos quando chegar e programe lembretes regulares de higienização para além das normas entre procedimentos e o contato com os usuários



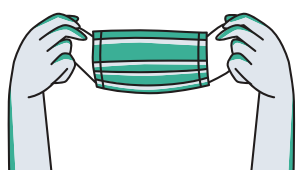
Desinfete superfícies como maçanetas, mesas, telas de celulares, equipamentos e demais locais regularmente



Evite tocar em seu rosto e cubra sua boca ao tossir e espirrar



Aumente a ventilação abrindo janelas e portas



Utilize os EPIs de maneira racional e responsável

Limite reuniões e atividades coletivas

Vamos usar videoconferências ao invés de reuniões físicas

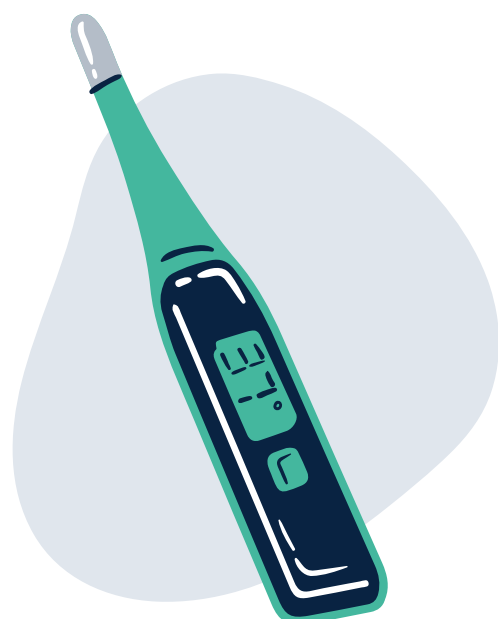
Quando videoconferências não forem possíveis, faça suas reuniões em salas e espaços ventilados

Mantenha o distanciamento recomendado de no mínimo 1 metro



Fique em casa se...

- Você estiver doente
- Você morar com alguém que esteja doente
- Você puder!



Cuide de seu bem-estar físico e emocional



Alimente-se corretamente, pratique exercícios moderados e, se de sua preferência, realize alguma Prática Integrativa e Complementar no seu autocuidado.

Disponos de algumas PICS para vc, acesse: <http://www.riogrande.rs.gov.br/nucleos-de-educacao-em-saude-da-sms-divulgam-cartilha-sobre-praticas-integrativas-e-complementares/>

FONTE: WWW.NPR.ORG E DOCUMENTOS DO MS