



Colegiul Național „Sfântul Sava”  
str. G-ral Berthelot, nr. 23, sector 1, cod. 010168, București,  
tel: 021. 314.92.94; fax: 021. 312.68.21; 021. 310.07.73  
C.U.I. 4433880, [www.licsfsava.ro](http://www.licsfsava.ro); e-mail:  
[secretariatsfsava@gmail.com](mailto:secretariatsfsava@gmail.com);

---

## Instructaj pentru elevi privind măsurile de protecție în contextul epidemiologic al infecției cu SARSCoV-2

**STOP  
COVID-19**



**PROTEJEAZĂ-TE ȘI PORTEJEAZĂ-I ȘI PE CEI DIN JURUL TĂU**

Repartiția la pupitre se păstrează și locurile din clasa ocupate de elevi nu se mai schimbă pe toată perioada cursurilor;

Vor fi limitate deplasările în clasă;

Este interzis schimbul de obiecte personale;

Întâlnirile dintre elevi vor fi limitate în perimetrul clasei, spre exemplu prin stabilirea unui sens de circulație în interiorul clasei, care poate să fie indicat prin marcaje aplicate pe podea;

Elevii vor purta masca atât în timpul orelor de curs, cât și în timpul recreației, atunci când se afla în interiorul colegiului și în perimetrul de 100m în jurul colegiului;

Se va evita aglomerarea în interiorul grupului sanitar;

Elevii trebuie să se spele pe mâini înainte și după ce merg la toaleta;

Va fi evitată crearea de grupuri de elevi din clase diferite;

Elevii vor fi supravegheați pe toată durata pauzelor de către cadrele didactice, pentru păstrarea distanțării fizice de minim 1,5 m;

Elevii vor evita interacțiunea fizică (nu se vor îmbrățișa, nu își vor atinge reciproc mâinile și nu vor sta aproape unul de celălalt);

Elevii nu vor practica jocuri de contact sau cu mingea, nici activități care implică schimbul de obiecte. Vor fi evitate, de asemenea, structurile de joc ale caror suprafețe de contact nu pot fi dezinfectate

Nu vor fi utilizate băncile/scaunele exterioare;

Jocurile și alte activități care implică formarea unor grupuri vor fi organizate cu respectarea distanței dintre elevi, în conformitate cu prevederile legale în vigoare;

Elevii nu vor consuma în comun mâncarea sau băuturile și nu vor schimba între ei obiectele de folosință personală (telefoane, tablete, instrumente de scris etc.)

### **Măsuri de protecție la nivel individual**



- Spalați-vă des pe mâini!
- Tușiți sau strănutați în pliul cotului sau într-un șervețel!
- Utilizați un șervețel de unică folosință, după care aruncați-l!
- Salutați-i pe ceilalți fără să dați mâna!
- Nu vă îmbrățișați!
- Pstrați distanțarea fizică, evitați aglomerațiile!



- Purtați masca!
- Toți elevii trebuie să se spele/dezinfecteze pe mâini: imediat după intrarea în școală și înainte de a intra în sala de clasă;
- înainte de pauza/pauzele de masa;
- înainte și după utilizarea toaletei ;
- după tuse sau strănut;
- ori de câte ori este necesar !

Spalați-vă frecvent și regulat pe mâini, cel puțin 20 de secunde cu apă și săpun !  
Mențineți o distanță cât mai mare față de celelalte persoane!

Purtați corect masca de protecție !

- Evitați să vă atingeți ochii, nasul și gura cu mâinile neigienizate. Acoperiți gura și nasul cu o batistă de unică folosință sau folosiți cotul îndoit în cazul în care se întâmplă să strănutăți sau să tușiți. După aceea, aruncați batista utilizată în containerele cu pedală.
- Curățați obiectele/suprafețele utilizate sau atinse frecvent folosind șervetele/lavete/produse biocide/virucide ;
- Solicitați consult de specialitate dacă prezentați simptome precum febra, tuse sau dificultăți la respirație sau orice altă simptomatologie de boală și rămâneți acasă dacă



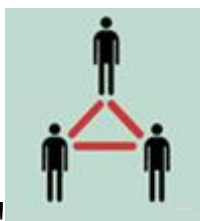
prezentați semene de boală

- Discutați cu profesorii dacă aveți întrebări sau îngrijorări.

### **AȘA DA :**

- Spală-te/Dezinfectează-te pe mâini înainte de a pune mâna pe mască
- Verifică masca să nu aibă rupturi sau găuri

- Identifică partea de sus, care trebuie să aibă banda metalică sau marginea tare
- Pune masca cu partea colorată spre exterior
- Asază banda metalică sau marginea tare deasupra nasului
- Acoperă nasul, gura și barbă
- Potrivește masca pe față fără a lăsa spații libere pe lateralele feței
- Evită să atingi masca
- Scoate masca apucând-o de barete
- Ține masca departe de tine și de suprafețe în timp ce o scoți
- După folosire, aruncă imediat masca, într-un coș cu capac
- Spală-te/dezinfectează-te pe mâini după ce arunci masca



- Păstrează distanța de siguranță!

#### **AȘA NU :**

- Nu folosi o mască ruptă sau umedă
- Nu purta masca doar peste gură sau sub bărbie
- Nu purta o mască prea largă
- Nu atinge partea din față a măștii
- Nu scoate masca pentru a vorbi cu cineva sau pentru a face altceva ce necesită reatingerea măștii
- Nu-ți lăsa masca la îndemana altor persoane
- Nu refolosi masca
- Nu schimba masca cu altă persoană