

קראו נא על הקורונה

תסמיני הקורונה



קשיי נשימה



קוצר נשימה



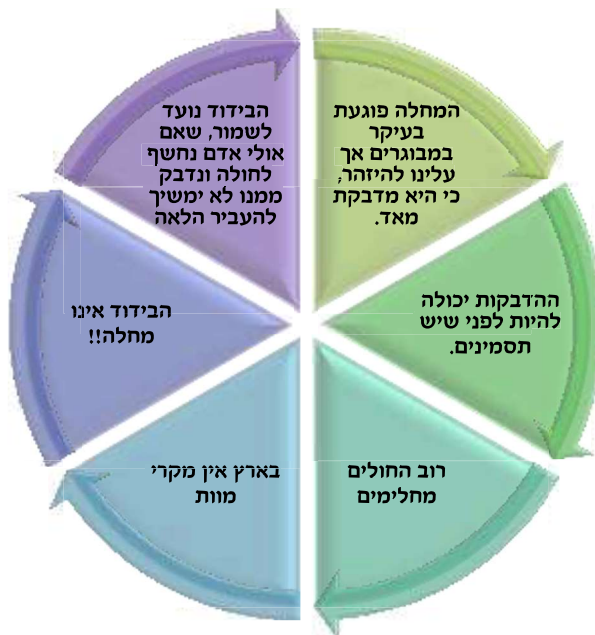
שיעול



חום

כיצד נשמר מהקורונה?

החייבים בבידוד	שמירה על נקיון	איך נמנעים מהדבקות	המנועות ממוגע וקרבה עם הסובבים
<p>החוזרים מחו"ל</p>	<p>להקפיד על שיעול ועיטוש למרפק או למטפחת חד פעמית ולהשליך אותה לאשפה</p>	<p>לשמור על מרחק של מטר אחד לפחות מאנשים חולים, משתעלים או מתעטשים</p>	<p>לשמור על מרחק של שלוש ידיים מהשני</p>
<p>מי שהיה קרוב לחולה</p>	<p>להקפיד על רחיצת ידיים עם מים וסבון או בחומר חיטוי על בסיס אלכוהול לעיתים קרובות</p>	<p>להימנע ממוגע עם הפה, האף והעיניים</p>	<p>להימנע מלחיצת ידיים</p>
			<p>להימנע משימוש בכלי אוכל משותפים באותה ארוחה</p>
			<p>איסור התקהלות מעל 10 איש</p>
			<p>אין לשבת באוטובוסים בשני מושבים הראשונים</p>



לוח תכנון שזוּי שלי: _____

שלי

חמשי

רביעי

שלישי

שני

ראשון

התארוגות
זוקר

משימה
לימודית

ניקיון לפסח
המשימות שלי:

פעילות
ספורטאבית

מחקר/קריאה
בין השעות:

כאן מסך
בין השעות:

פעילות
משפחתית

ארוגן הבית
המשימה שלי:

