

Saúde no condomínio

Em época de coronavírus, é mais do que necessário manter bons hábitos de higiene. Atenção às orientações:



Vacine-se contra a gripe;



Lave as mãos frequentemente com água e sabão por pelo menos 20 segundos;



Use antisséptico para as mãos à base de álcool em gel ao sair de ambientes como elevador e transporte público (ônibus e metrô);



Esqueça os lenços de pano. Use somente lenços descartáveis;



Cubra o nariz e a boca ao espirrar ou tossir. Lave as mãos em seguida ou use álcool gel;



Não coloque as mãos nos olhos, no nariz e na boca se elas não estiverem limpas;



Mantenha os ambientes bem ventilados;



Beba água;



Mantenha as áreas de uso comum dos condomínios limpas e desinfetadas.

