



- **Desinfetar as mãos com a solução alcoólica** – SABA disponível na sala, antes de entrar na sala e sempre que necessário.



- **Uso obrigatório de máscara.**

- **Ocupar sempre o mesmo lugar** atribuído na sala de aula.



- **Cumprir a Etiqueta Respiratória** - Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos.

- Cada aluno deve trazer o seu pacote de lenços de papel.



- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;

Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida.

- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções



- Cada aluno deve trazer todo o material individual necessário para as aulas.



- **Não partilhar qualquer objeto pessoal** (telemóvel, canetas, lápis, cadernos, estojos, régua, esquadro, material de pintura, etc).

- **Idas ao WC apenas durante as aulas** e de acordo com orientações da(s) auxiliare(s) de educação, que verificam a ocupação das casas de banho.



- **Lavar frequentemente as mãos**, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos.

- Reforçar a lavagem das mãos após o uso da casa de banho, antes e após a preparação de alimentos, antes das refeições e sempre que as mãos estejam sujas.



- **Evitar cumprimentos com contacto físico.**

- Manter o distanciamento (pelo menos 2 metros) quando em convívio com os amigos.

