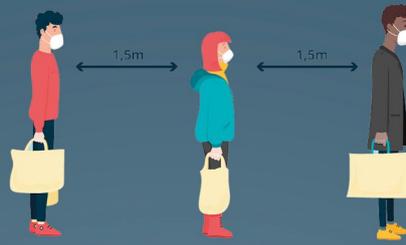
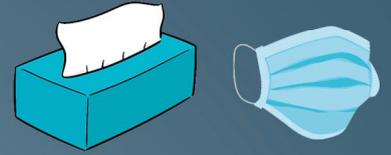




Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar.



Mantén una distancia interpersonal de al menos 1'5 m.



Usa mascarilla y pañuelos higiénicos y deshazte de ellos correctamente.



# SI TE CUIDAS ME CUIDAS HIGIENE



Evita tocarte ojos, nariz y boca.



Si tienes síntomas o sospechas de Covid19 ponlo en conocimiento de las autoridades sanitarias  
☎ 900222000  
y evita contactos con otras personas.



Lávate las manos frecuente y meticulosamente.



Lávate las  
manos antes  
de ponerla y  
después de  
quitarla.



Evita tocar  
la mascarilla.



Debe cubrir  
boca, nariz y  
barbilla.

# SI TE CUIDAS ME CUIDAS USA CORRECTAMENTE LA MASCARILLA



Desecha la  
mascarilla cuando  
este húmeda o  
cuando supere el  
tiempo marcado.



Corta las tiras.



Deposítala en un  
cubo/bolsa cerrada:  
- en la calle, en la  
papelera.  
- en casa en el  
contenedor de  
residuos domésticos,  
el GRIS.

Vía pública.



Zonas de atención al público en edificios públicos o privados.



Espacios al aire libre.



Transporte público y privado. También en moto.

Espacios cerrados de uso público.



---

**SI TE CUIDAS ME CUIDAS**  
**MASCARILLA OBLIGATORIA**  
**MAYORES 6 AÑOS**  
**DISTANCIA INTERPERSONAL**  
**>1,5 M. OBLIGATORIA**

---

Durante el consumo de alimentos y bebidas.



Práctica de actividad física.

**EXCEPCIONES**



En piscinas, siempre que se mantenga la distancia interpersonal.



Espacios de naturaleza o al aire libre fuera de núcleos de población.



Convivientes.



Junta de Castilla y León

