

Cum să fii în siguranță când mergi la doctor



Sfaturi pentru copii

Ești important(ă)

Sănătatea ta contează și meriți o îngrijire sigură cu respect față de tine și nevoile tale.



Vocea ta contează

Spune-i unui adult dacă te simți rău sau te doare ceva. Încearcă să descrii cât mai bine ce simți, cum ar fi durere sau oboseală.



Fii în siguranță când mergi la doctor

Spune-i doctorului sau asistenților medicali numele tău, data nașterii și dacă ai alergii. Întreabă pentru ce este medicamentul și cum trebuie să-l iei. Dacă ai o tăietură sau zgârietură, întreabă cum să o ții curată până se vindecă.



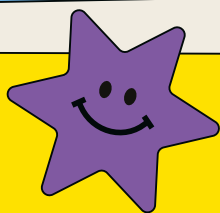
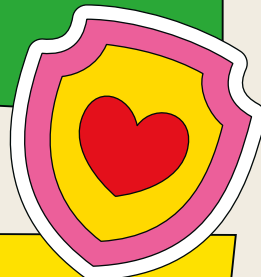
Luptă cu microbii

Spală-te pe mâini regulat. Acoperă-ți gura și nasul cu cotul sau cu un șervețel când tușești sau strănuți. Este în regulă să le amintești și altora să facă la fel!



Poți ajuta și tu

Dacă vezi ceva ce nu pare sigur sau care nu ți se pare în regulă, spune-i unui adult.



Fii un erou al siguranței și vorbește pentru tine și sănătatea ta!



În siguranță, din prima zi de viață!