



7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции

COVID-19

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

1

Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик.

2

Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.

3

Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).

4

Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.

5

Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.

6

Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.

7

Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка).

COVID-19