



7 ШАГОВ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ



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



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



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



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



Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь



Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия



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