

## **7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции**

- 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 её 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 щётка)**