

## ДЕЙСТВИЯ ПРОТИВ COVID-19

# ПЕРЕД ВЫХОДОМ НА УЛИЦУ



Наденьте **куртку/пиджак/жакет с длинным рукавом.**



Если у вас есть маска — наденьте ее **непосредственно перед выходом** из дома.



Если выходите с собакой, старайтесь чтобы она **не соприкасалась/терлась с внешними поверхностями.**



Хорошо **скомкайте** одноразовые салфетки, прежде чем их выбросить в **закрытые мусорки.**



Старайтесь **не платить наличными**, если вы их трогаете — хорошо дезинфицируйте руки.



**Не трогайте свое лицо**, пока не помоеете руки!



**Соберите волосы.** Не носите кольца, серьги, браслеты.



Старайтесь **не использовать общественный транспорт.**



Берите с собой одноразовые салфетки, используйте их для того, чтобы защитить **соприкосновения рук с поверхностями.**



**При кашле и чихании**, всегда делайте это **в локоть**, и ни в коем случае в ладони или в воздух.



**Мойте руки каждый раз**, когда соприкоснетесь с поверхностями или дезинфицируйте гелем.



Соблюдайте **дистанцию от людей** (1,5-2 метра).

Материалы предоставлены для информации и носят рекомендательный характер, не могут использоваться в качестве основы для лечения. При заболевании необходимо обратиться за помощью в медицинское учреждение. Несмотря на то, что было сделано все возможное, информация предоставляется без каких-либо гарантий в отношении ее точности.