

# ЗАЩИТИМ СЕБЯ ОТ COVID-19

1

НАДЕВАЙТЕ  
МАСКУ



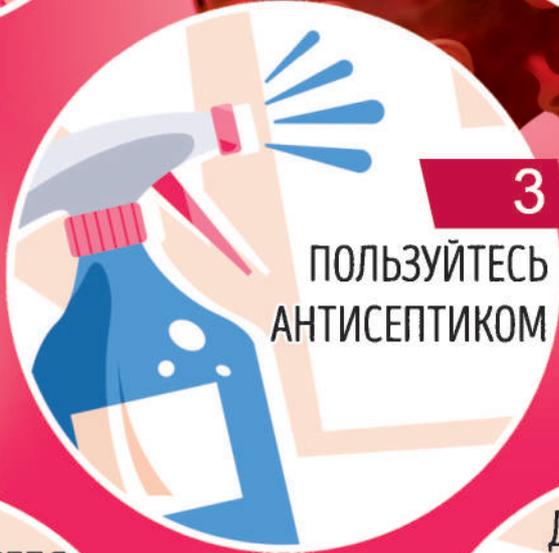
2

МОЙТЕ  
РУКИ



3

ПОЛЬЗУЙТЕСЬ  
АНТИСЕПТИКОМ



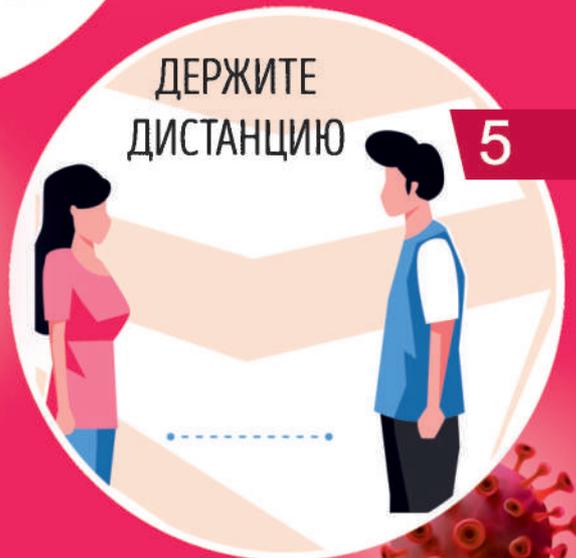
4

ОГРАНИЧЬТЕ СЕБЯ  
ОТ РУКОПОЖАТИЯ



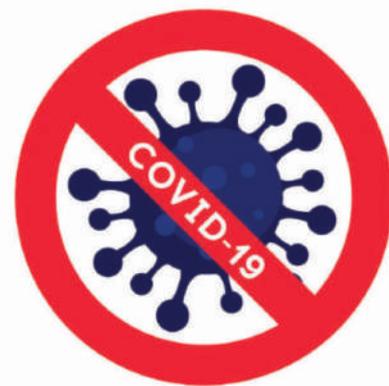
ДЕРЖИТЕ  
ДИСТАНЦИЮ

5



# ВАЖНО ЗНАТЬ!

## КАК СЕБЯ ЗАЩИТИТЬ:



Используйте маску при посещении массовых мест



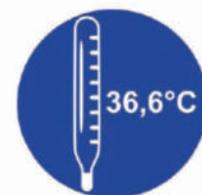
Чаще мойте руки с мылом не менее 20 секунд



Используйте антисептические средства на спиртовой основе



Избегайте контактов с людьми с симптомами ОРВИ



Регулярно проветривайте помещения и увлажняйте воздух

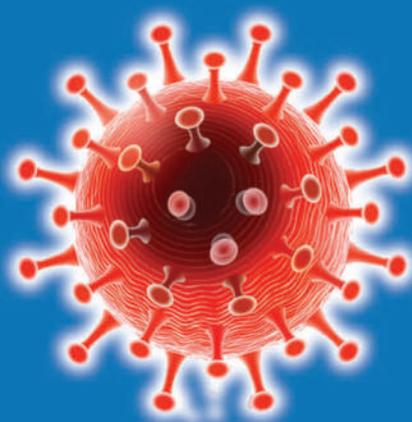


Соблюдайте дистанцию 1.5-2 метра

### ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СОВЕТЫ ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ

- Не выходите из дома без необходимости и не посещайте общественные места (магазины, банки, аптеки и т.д.)
- Избегайте поездок в общественном транспорте в часы пик
- Попросите близких или сотрудников социальных служб помочь с оплатой коммунальных услуг и покупкой товаров дистанционно
- В случае любого недомогания не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом
- Не открывайте дверь посторонним людям, если вы в них не уверены





# COVID-19

## CORONAVIRUS

### Вирус передается



Воздушно-капельным путем при чихании и кашле



Контактным путем

### Как не допустить



Не выезжать в очаг заболевания



Избегать посещения массовых мероприятий



Чаще мыть руки



Использовать медицинские маски

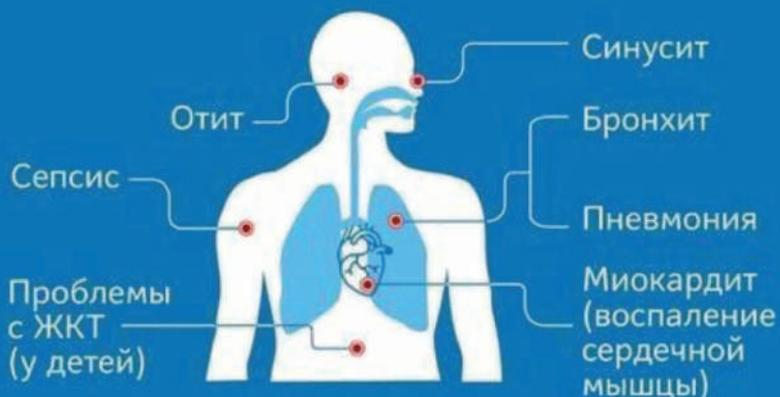


Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

### Симптомы



### Осложнения



### Что делать, если...

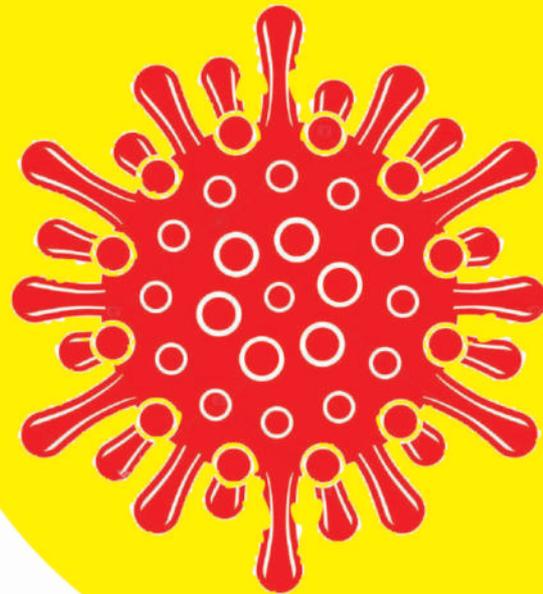


Обратиться к врачу



Не заниматься самолечением

# КАСАЕТСЯ ВСЕХ,



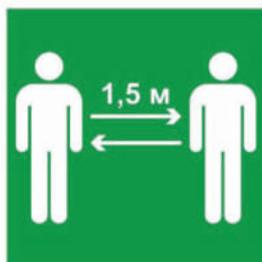
НЕ СОБИРАТЬСЯ  
БОЛЬШИМ  
КОЛИЧЕСТВОМ ЛЮДЕЙ



ВИРУС  
ОПАСЕН



БЕЗ  
РУКОПОЖАТИЯ



ДЕРЖИТЕ  
ДИСТАНЦИЮ  
1.5 М



ОСТАВАЙТЕСЬ  
ДОМА

МАСКА



ТЕРМОМЕТР



МОЙТЕ И  
ДЕЗИНФИЦИРУЙТЕ  
РУКИ



ПЕРЧАТКИ



БЕРЕГИТЕ СЕБЯ  
И СВОИХ БЛИЗКИХ

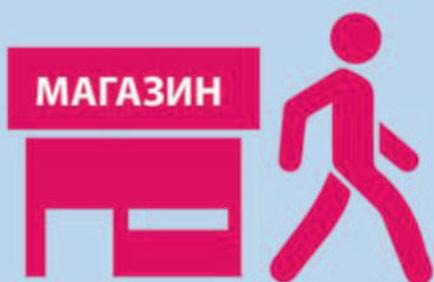
КТО  
КАСАЕТСЯ



**Заправил машину**



**Вынес мусор**



**Сходил в магазин  
или аптеку**



**Проехал в общест-  
венном транспорте**



**ОБРАБОТАЙ  
РУКИ!**