

# 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 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)

