



Прочитайте важную для себя и ваших близких информацию здесь: [www.who.int/ru/covid-19](http://www.who.int/ru/covid-19)

**ЗАБОЛЕТЬСЯ** друг о друге

всей информацией

**БУДЬТЕ ВЛАГОРАЗУМНЫ**, ознакомьтесь со

коронавирусной инфекцией

**ОСТЕРЕГАЙТЕСЯ** заражения

оказавших

Рекомендации ВОЗ о том, как защитить себя и

**К #COVID19**

**БУДЬТЕ ГОТОВЫ**

ГКУ «КЦСОН в Лескенском муниципальном районе» МТ и СЗ КБР

## Профилактика коронавируса



Избегайте контактов с заболевшими



Пользуйтесь защитной маской



Мойте руки после посещения общественных мест и перед приемом пищи



Высыпайтесь

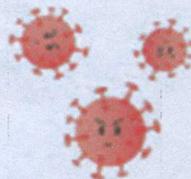


Проветривайте комнату



Занимайтесь физкультурой

# НАДЕНЬТЕ МАСКУ- ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ КОРОНАВИРУСА 2019-nCoV!



## КОГДА

- При контактах с людьми, имеющих симптомы ОРВИ (лихорадка, насморк, кашель, чихание, заложенность носа)
- Находясь в людных местах или транспорте
- При контактах с людьми, если у вас есть симптомы ОРВИ

Правильно надетая маска плотно прилегает к лицу, закрывает рот, нос и подбородок. Вшитое крепление маски плотно прижато к спинке носа.

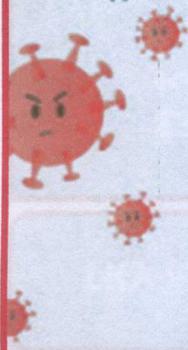
Складки маски расправлены.

## ВАЖНО

- Меняйте маску на новую каждые 2-3 часа или чаще
- Выбрасывайте маску в урну сразу после использования
- После прикосновения к использованной маске тщательно вымойте руки с мылом
- Не носите маску на безлюдных открытых пространствах. Это не целесообразно.

## НЕЛЬЗЯ

- повторно использовать маску



ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ ГИГИЕНОЙ РУК И КВАРАНТИННЫМИ МЕРАМИ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ БУДЕТ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ И РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСА 2019-nCoV



## ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ ПРИ РАСПРОСТРАНЕНИИ КОРОНАВИРУСА:

📍 Соблюдайте гигиену рук! Часто и тщательно мойте руки с мылом не менее 20 секунд, обрабатывайте антисептиком.

📍 Избегайте посещения мест скопления людей: мероприятия, кино, кафе, рестораны, развлекательные центры!

📍 Соблюдайте чистоту в доме и на рабочем месте, протирайте поверхности!

📍 Дисциплина – главное правило!

by Longville.

ed car parl  
with map,  
ome of the  
hen ascer  
you meet  
ead, half  
to (in  
otpath and  
oint; do not

bridge. T  
as southern

