



Памятка действия против коронавирусной инфекции (COVID-19)

1. Перед выходом наденьте одежду с длинным рукавом
2. Если у вас есть маска - наденьте ее непосредственно перед выходом из дома
3. Хорошенько скомкайте одноразовые салфетки, прежде чем выбросить их в закрытые мусорные корзины
4. Старайтесь не платить наличными, если вы их трогаете – хорошо дезинфицируйте руки
5. Не трогайте своё лицо, пока не помоеете руки!
6. Соберите волосы. Не носите кольца, серьги и браслеты
7. Старайтесь не использовать общественный транспорт
8. Берите с собой одноразовые салфетки, используйте их для того, чтобы защитить соприкосновения рук с поверхностями
9. При кашле и чихании, всегда это делайте в локоть, и ни в коем случае в ладоши или в воздух
10. Мойте руки каждый раз, всегда соприкасайтесь с поверхностями или дезинфицируйте гелем.
11. Соблюдайте дистанцию от людей (1,5 - 2метра)
12. Постоянно проветривайте помещения дома или на работе
13. Очищайте и дезинфицируйте ежедневно мыльным раствором поверхности (рабочий стол, оргтехнику, др. поверхности) на работе и дома
14. При возвращении домой, старайтесь не прикасаться ни к чему пока не помоеете руки
15. Как можно чаще стирайте свою одежду и предметы обихода (полотенца, постельные принадлежности)
16. Мойте руки чаще под проточной водой с мылом не менее 20 сек.
17. Обрабатывайте свой телефон и очки салфеткой со спиртосодержащей жидкостью
18. Приготовьте заранее раствор со спиртосодержащей жидкостью прочистите все поверхности сумок и покупок, прежде чем их положить на места
19. Запомните, что невозможно продезинфицировать всё, главное минимизировать источники опасности
20. Будьте здоровы!