



# 7 шагов профилактики коронавирусной инфекции



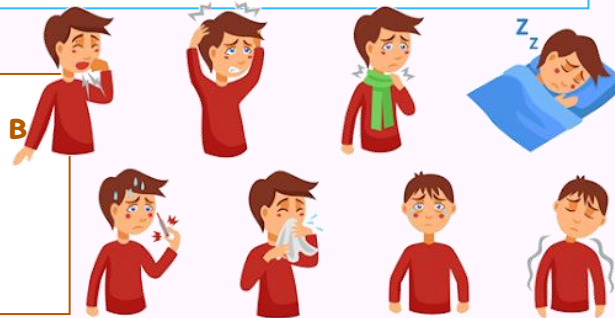
**1. Воздержитесь от посещения торговых центров, спортивных и других массовых мероприятий, транспорта в час пик**



**2. Используйте одноразовую медицинскую маску в общественных местах, меняйте ее каждые 2-3 часа или чаще при её увлажнении**



**3. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа и др.)**



**4. Тщательно мойте руки с мылом (не менее 20 секунд) после возвращения с улицы и контактов с посторонними людьми**



**5. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь**



**6. Исключите при приветствии тесные объятия и рукопожатия**

**7. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)**

