**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)