

Будьте осторожнее и не паникуйте

Паника часто наносит больше вреда, чем вызывающие её явления

COVID-19

Горячая линия:

8 800 2000-112



После выхода из магазина или транспорта протирайте руки **антисептиком** или спиртовыми салфетками



Чихайте и кашляйте в одноразовую **салфетку** или в сгиб локтя



Старайтесь оплачивать покупки **бесконтактно**



Не трогайте руками глаза, нос и рот



Старайтесь держать дистанцию не менее **1 метра** до другого человека



Если у вас появился жар, кашель, затрудненное дыхание и другие симптомы ОРВИ – оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.

Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

Всё будет хорошо!