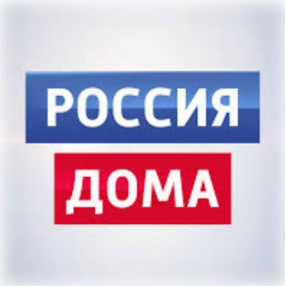
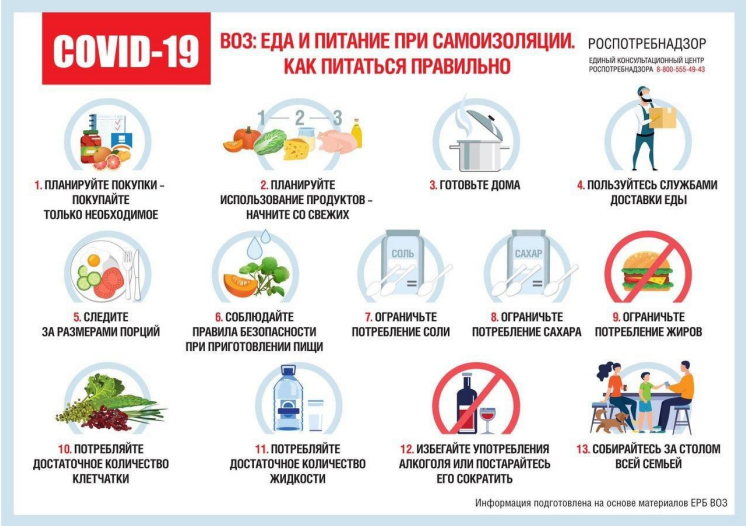
«Человек сам для себя принимает решение: соглашаться сидеть дома или не соглашаться!»



Самоизоляция — это мера, которую применяет сам человек, чтобы не контактировать с другими людьми, не инфицировать их или не инфицироваться самому.

ОТЛИЧИЕ САМОИЗОЛЯЦИИ ОТ КАРАНТИНА:

Самоизоляция	Карантин
Гражданин не болеет коронавирусом	Гражданин болеет коронавирусом
Гражданин не контактировал с больным коронавирусом	Гражданин контактировал с больным коронавирусом
	Гражданину больше 65 лет
	Гражданин вернулся из-за границы



Выход на улицу

Действия против коронавируса COVID-19

1. Перед выходом наденьте одежду с длинным рукавом.
2. Соберите волосы. Не носите кольца, серьги, браслеты.
3. Если у вас есть маска - наденьте ее непосредственно перед выходом из дома.
4. Старайтесь не использовать общественный транспорт.
5. Если выходите с собакой старайтесь чтобы она не соприкасалась с внешними поверхностями.
6. Берите с собой одноразовые салфетки, используйте их чтобы защитить соприкосновения рук с поверхностями.
7. Хорошо скомкайте одноразовые салфетки, прежде чем их выбросить в мусорку.
8. При кашле и чихании всегда это делайте локоть, и ни в коем случае в ладоши или в воздух.
9. Старайтесь не платить наличными, если вы их трогаете - хорошо дезинфицируйте руки.
10. Мойте руки каждый раз когда соприкасаетесь с поверхностями или дезинфицируйте гелем.
11. Не трогайте свое лицо, пока не помоете руки!
12. Соблюдайте дистанцию от людей (1,5-2 метра).

Возвращение домой

Действия против коронавируса COVID-19

1. При возвращении домой, старайтесь не прикасаться ни к чему.
2. Снимите обувь!
3. Продезинфицируйте лапы своего питомца если были с ним на улице
4. Сразу же снимите всю одежду и бросьте в пакет, чтобы потом постирать.
5. Оставляйте сумки, ключи, кошельки и т.д. в коробе у входа.
6. Искупайтесь. Если нет возможности, промойте все части тела которые были не закрыты *(ладони, запястья, лицо, шея)*.
7. Продезинфицируйте спиртосодержащей жидкостью телефон, а очки промойте с мылом.
8. Прочистите все поверхности сумок и покупок хлоркой *(20 мл. хлорки на литр воды)*, прежде чем положить на места. Не забудьте одеть перчатки.
9. Осторожно снимите перчатки, выбросьте и хорошо промойте руки.
10. Запомните, невозможно продезинфицировать все, главное минимизировать источники опасности.