

# Как снизить риск коронавирусной инфекции



**Тщательно мойте руки с мылом и водой**

При кашле или чихании прикрывайте рот  
рукой/локтем или салфеткой



**Избегайте тесного контакта с людьми с симптомами  
простуды или гриппа**

Используйте одноразовую медицинскую маску  
(респиратор) в общественных местах, меняя  
ее каждые 2-3 часа



**Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых  
центров, спортивных и зрелищных мероприятий**



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

