



Как защититься от коронавируса

ВОЗ рекомендует придерживаться стандартных мер предосторожности, актуальных во время вспышек инфекции.

- Мыть руки, и не только перед едой.
- Мыть руки, и не только перед едой.
- Не трогать лицо.
- Безопасно чихать и кашлять.
- Избегать общественных мест.
- Проветривать помещения и стараться поддерживать в них влажность.
- Правильно использовать маски.
- Не поддаваться панике.
- Не трогать лицо.
- Безопасно чихать и кашлять.
- Избегать общественных мест.
- Проветривать помещения и стараться поддерживать в них влажность.

Правильно использовать маски.

Не поддаваться панике.

Старайтесь по-прежнему вести здоровый образ жизни: правильное питание, режим сна и физические упражнения помогут уменьшить тревогу.

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?