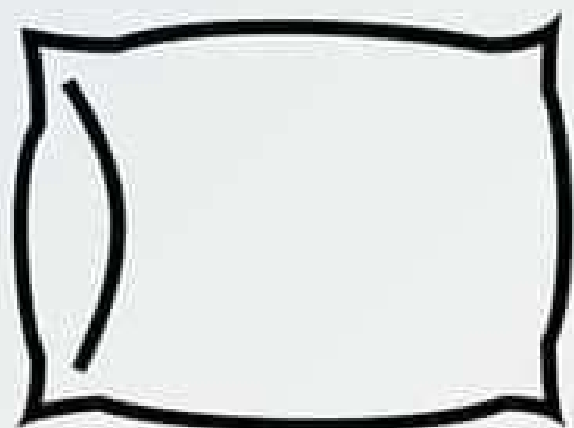


# Захворів?

# Сиди вдома!

Прості речі рятують життя



**Повноцінне**

**харчування та сон.**

**Уникайте перевтоми**

**Прості речі рятують життя**



**Чисті руки**

**завжди і усюди**

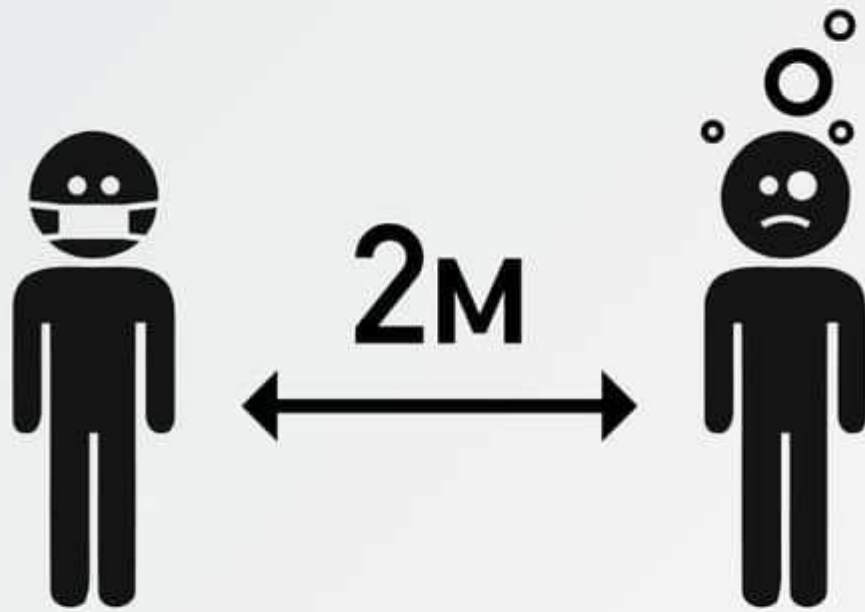
**Прості речі рятують життя**



**Уникайте**

**скупчення людей**

**Прості речі рятують життя**



**Тримайте дистанцію**

**з хворим**

**Прості речі рятують життя**

# **Шановні клієнти!**

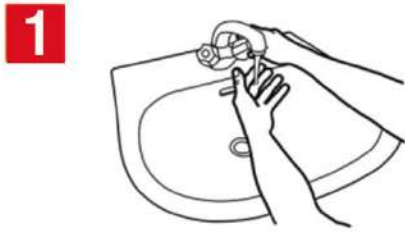
**Будь-ласка, скористайтеся  
антисептичним засобом  
і продезінфікуйте руки**



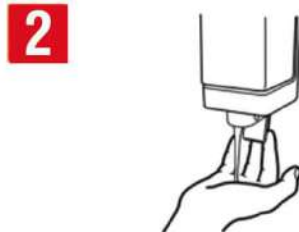
**Запобігаймо поширенню  
вірусних інфекцій разом!**

# ЯК ПРАВИЛЬНО МИТИ РУКИ?

Тривалість процедури 40-60 секунд



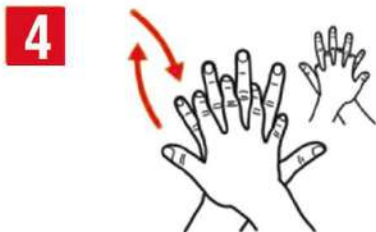
1 Намочіть руки водою



2 Нанесіть стільки мила, аби воно покривало всю поверхню рук



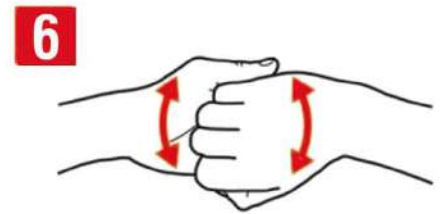
3 Масажуйте долоня до долоні



4 Потріть правою долонею по поверхні лівої руки з переплетеними пальцями і навпаки



5 Потріть руки долоня об долоню з переплетеними пальцями



6 Зачепіть пальці і потріть їх



7 Ретельно вимийте пальці кожної руки



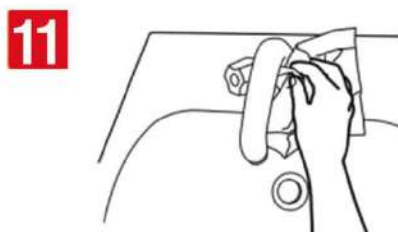
8 Потріть долоні пальцями в круговому напрямку



9 Вимийте руки водою



10 Витріть руки рушником одноразового використання



11 Вимкніть кран рушником



12 Тепер Ваші руки у безпеці



За потреби, скористайся дезинфектором на барі закладу

**БУДЬТЕ ЗДОРОВІ! З ТУРБОТОЮ ПРО ВАС**



**КОРОНАВІРУС НЕНАДОВГО, ГІГІЄНА - НАЗАВЖИ!**

# COVID-19 ТА БІЛЬШІСТЬ РЕСПІРАТОРНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ МАЮТЬ СХОЖІ СИМПТОМИ

Якщо у вас:



кашель



підвищена температура



утруднене дихання



протягом останніх 14 днів ви перебували у країні, де зафіксовано COVID-19

**Невідкладно зверніться до сімейного лікаря**

Повідомте про відвідування інших країн

Лікар має затверджений алгоритм дій та знає, як вам допомогти



МІНІСТЕРСТВО  
ОХОРОНИ  
ЗДОРОВ'Я  
УКРАЇНИ



ЦЕНТР  
ГРОМАДСЬКОГО  
ЗДОРОВ'Я



Із питаннями щодо коронавірусу звертайтеся на Урядову гарячу лінію 1545





# Коронавірус: профілактика інфікування і поширення



## Як знизити ризик інфікування коронавірусом?



**Мийте руки з милом (мінімум 20 с) або дезінфекційними засобами із вмістом спирту**



**Під час кашлю та чхання прикривайте рот і ніс серветкою або згином ліктя; відразу викидайте серветку і мийте руки**



**Тримайтеся на відстані від людей, у яких кашель або підвищена температура**

## Як захистити інших від інфікування?



Під час кашлю та чхання прикривайте рот і ніс серветкою або згином ліктя



Одразу викидайте використану серветку і закривайте кришку смітника



Регулярно мийте руки під час догляду за хворими, а також після кашлю та чхання

## Чи варто надягати медичну маску?



**Так.** Якщо у вас є респираторні симптоми – кашель, утруднене дихання



**Так.** Якщо ви надаєте допомогу особам із респираторними симптомами



**Не потрібно,** якщо немає респираторних симптомів



Медичні працівники мають надягати респиратори

## Коли використовувати медичну маску



**1.** Якщо ви їдете, але потрібно носити маску. Також якщо ви допомагаєте на лікарнях і підкажіть на інформації COVID-19



**3.** Якщо єсвітлий кашель в подорожі з отриманим кашлем або кашлю при відвідуванні



**2.** Надягайте маску, якщо хвилює кашель



**4.** Якщо ви кашлете кашлю, не носіть маску, не її прикривайте



**1.** Перед тим як надіти маску, змийте руки і змийте її на спеціальній мийці або мильні



**4.** Завжди викидайте маску, як тільки вона стане вологою, і не використовуйте повторно



**2.** Прикривайте рот і ніс маскою і персоналізованою, як німа відносно обличчя і повністю на повну довжину



**5.** Не носіть маску, якщо ви турбуєтесь про її використання повторно – відразу маску на спеціальній мийці або у спеціальній мийці; протрите руки змивши на спеціальній мийці та змийте з мильні



**3.** Не торкайтеся поверхні медичної маски після того, як надягли її. Якщо потрібно, як протирати руки змивши на спеціальній мийці та змийте з мильні

## Залишайтеся здорові під час подорожі



Уникайте подорожей, якщо у вас гарячка і кашель



Уникайте тісного контакту з людьми, у яких гарячка та кашель



Якщо у вас гарячка, кашель і утруднене дихання, зверніться до лікаря якомога раніше



Часто змивайте руки засобом на основі спирту або мийте з милом



Не торкайтеся очей, носа чи рота



Якщо вам став погано під час подорожі, повідомте про це екіпаж та зверніться до лікаря



Ізбе тісної добре приготовану їжу



Якщо ви звертаєтесь по медичну допомогу, повідомте пілара про свої плани щодо подорожі



Не плануйте в громадських місцях



Уникайте тісного контакту із тваринами

## Безпека харчових продуктів



Використовуйте різні дошки для подрібнення та нарізання для сирого м'яса та вареної їжі

Навіть у районах, постраждалих від епідемії, м'ясні продукти можна зживати за умов правильного приготування



Мийте руки між обробкою сирого та вареної їжі

