

Как людям старше 60 лет защититься от коронавируса



Реже пользуйтесь общественным транспортом, особенно в часы пик.



Сократите посещение общественных мест, магазинов, торговых центров, МФЦ, банков.



Не трогайте лицо, рот, нос и глаза грязными руками — так вирус может попасть в организм.



Ограничьте контакты с приехавшими из-за границы близкими, если у них появились признаки простуды.



Часто мойте руки с мылом. Обязательно мойте их после возвращения с улицы, контактов с магазинной упаковкой, перед приготовлением пищи.



При кашле и чихании пользуйтесь одноразовыми бумажными платочками и выбрасывайте их сразу после использования.



Пользуйтесь влажными салфетками для дезинфекции. Протирайте ими предметы, которые были с вами на улице.



Научитесь оплачивать коммунальные услуги и делать покупки через интернет или попросите помощи близких.



Если вы заболели — не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом. Предупредите доктора, если ваши близкие выезжали за рубеж в последние две недели.