



*Наше здоровье - в наших руках*





**Всемирная организация  
здравоохранения опубликовала правила  
защиты от коронавируса.**





**Чаще мойте руки водой с мылом.  
Намыливать кожу нужно не менее 20  
секунд. Пользуйтесь спиртовыми  
салфетками, если помыть руки негде.**





**Пользуйтесь дезинфицирующими средствами, концентрация спирта в которых должна быть выше 70 %, протирайте руки и все предметы, к которым прикасаетесь.**





**При кашле и чихании прикрывайте рот и нос. Но не рукой, а либо согнутым локтем, либо кусочком ткани. Если деваться некуда, и вы чихаете в руки, то постарайтесь этими руками больше ничего не касаться.**





**Ткань или салфетку, в которую вы чихнули  
или высморкались, немедленно  
выбрасывайте, руки продезинфицируйте.**





**Соблюдайте дистанцию, особенно если видите человека с явными признаками вирусной инфекции (красные глаза, отекий нос, «шмыгание», кашель и т.д.). От такого человека следует держать дистанцию минимум в 1 метр.**





**Не прикасайтесь к носу и глазам.  
Ваши руки – главный источник инфекции.**





**Если у вас наблюдаются признаки вирусной инфекции, дождитесь врача дома и ни с кем не контактируйте.**





**Избегайте употребления в пищу сырых и  
недоваренных продуктов животного  
происхождения.**





*НАШЕ ЗДОРОВЬЕ –  
В НАШИХ ЧИСТЫХ  
РУКАХ!!!*





# Интернет-источники



- [https://yt3.ggpht.com/a/AATXAJz0dZ5XSnDQTiC0nDRA7hasC7GFx-aDtmw\\_vA=s900-c-k-c0xffffff-no-rj-mo](https://yt3.ggpht.com/a/AATXAJz0dZ5XSnDQTiC0nDRA7hasC7GFx-aDtmw_vA=s900-c-k-c0xffffff-no-rj-mo)
- <http://sad-ulybka.ru/inc/sadulyba/uf/editor/357515.jpg>
- <http://71.rospotrebnadzor.ru/upload/medialibrary/9d3/9d3fa49f3132d3225f392bee2602f553.jpg>
- <https://image.freepik.com/free-vector/29190-3833.jpg>
- [https://avatars.mds.yandex.net/get-zen\\_doc/1704908/pub\\_5dbb26e1bc251400b2467855\\_5dbddf2b6f5f6f00aec260a8/scale\\_1200](https://avatars.mds.yandex.net/get-zen_doc/1704908/pub_5dbb26e1bc251400b2467855_5dbddf2b6f5f6f00aec260a8/scale_1200)
- <https://i.pinimg.com/originals/75/77/39/757739ac92f2cd2927b5e5a9a701496f.png>
- <https://i.pinimg.com/originals/d2/3b/30/d23b305b74ddfde0fcfd4212c04346be.png>
- <http://www.kras-ref.ru/images/stories/75650673.jpg>
- <https://www.physioscienceuk.com/wp-content/uploads/2017/02/germstar-hand-sanitiser.jpg>
- <https://www.eg.ru/news/>
- <http://pol4.ru/images/novosti2/heart.png>
- <https://image.freepik.com/free-vector/43633-2313.jpg>

