



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 дезинфицируйте.





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 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/AATXAJz0dZ5XSnDOTiC0nDRA7hasC7GFx-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://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

