



# Как Выполнять Важные дела

Советы, как уберечься от  
Вируса

источник: ЦЕНТРЫ ПО КОНТРОЛЮ И ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ

# Что необходимо знать:



Если больны,  
оставайтесь дома



По максимуму  
используйте  
онлайн-услуги



Надевайте маску,  
когда Вам нужно  
пойти по делам



Соблюдайте  
дистанцию, держась  
на расстоянии не  
менее 2 метра от  
других



Выходя из магазина,  
пользуйтесь  
дезинфектором для  
рук



Приходя домой,  
мойте руки с  
мылом и водой не  
менее 20 секунд

# Если больны, оста~~В~~йтесь дома

Избегайте посещения магазинов, если вы больны  
или у Вас есть симптомы COVID-19, в число  
которых входят лихорадка, кашель или одышка.



# По максимуму используйте онлайн- услуги

- По возможности заказывайте еду и другие товары онлайн с доставкой домой или самовывозом
- Посещайте продуктовый магазин лично только в случае крайней необходимости. Это ограничит ваши потенциальные контакты с другими людьми и вирусом, вызывающим COVID-19

# Максимально ограничьте личный контакт



При заказе  
оплачивайте  
товары онлайн  
или по карте



При возможности  
просите об опции  
бесконтактной  
доставки



Просите, чтобы  
доставку оставили  
в безопасном месте  
вне Вашего дома без  
личного контакта



В противном случае  
находитесь на  
расстоянии не менее  
2 метров от курьера

- ▶ После того, как вы получили доставку или привезли домой еду на вынос, мойте руки с мылом и водой в течение 20 секунд
- ▶ Если помыть руки водой с мылом невозможно, используйте антисептик для рук с содержанием спирта не менее 60%
- ▶ Забрав почту на почте или из почтового ящика, мойте руки с мылом и водой на протяжении не менее 20 секунд или используйте антисептик для рук с содержанием спирта минимум 60%

После получения  
доставки или  
почты мойте  
руки или  
используйте  
антисептик

# Защищайте себя при посещении магазина



Держитесь на расстоянии не менее 2 метров от других, когда выбираете товар или стоите в очереди



Носите маску для лица, если Вы находитесь в общественном месте



Ходите за покупками ранним утром или поздним вечером, когда там присутствует меньше людей



# По Возможности обрабатайте тележку для продуктов дезинфицирующими салфетками

Не прикасайтесь к  
глазам, носу или рту

По Возможности используйте  
бесконтактный платеж. Если Вам  
нужно взять в руки деньги или  
карточку или использовать  
кнопочную панель, после оплаты  
обрабатайте руки антисептиком.

При любом личном контакте или если  
Вы не можете оставаться на  
расстоянии не менее 2 метров от  
других людей, носите маску

Используйте антисептик для рук с  
минимальным содержанием спирта  
60% после любого вклада, снятия,  
обмена или использования банкомата

Тщательно мойте руки, прибыв  
домой или в пункт назначения, где  
есть туалет