



# ПРОТОКОЛЫ ВЫХОДА НА УЛИЦУ

## ДЕЙСТВИЯ ПРОТИВ COVID-19



1



Перед выходом наденьте куртку/пиджак/жакет с длинным рукавом.

2



Соберите волосы. Не носите кольца, серьги, браслеты.

3



Если у вас есть маска – наденьте ее непосредственно перед выходом из дома.

4



Старайтесь не использовать общественный транспорт.

5



Если выходите с собакой, старайтесь чтобы она не соприкасалась/терлась с внешними поверхностями.

6



Берите с собой одноразовые салфетки, используйте их для того, чтобы защитить соприкосновения рук с поверхностями.

7



Хорошенько скомкайте одноразовые салфетки, прежде чем их выбросить в закрытые мусорни.

8



При кашле и чихании, всегда это делайте в локоть, и ни в коем случае в ладоши или в воздух.

9



Старайтесь не платить наличными, если вы их трогаете – хорошо дезинфицируйте руки.

10



Мойте руки каждый раз, когда соприкасаетесь с поверхностями или дезинфицируйте гелем.

11



Не трогайте свое лицо, пока не помоете руки!

12



Соблюдайте дистанцию от людей (1,5-2 метра).



# ПРОТОКОЛЫ ВОЗВРАЩЕНИЯ ДОМОЙ

## ДЕЙСТВИЯ ПРОТИВ COVID-19



1



При возвращении домой, старайтесь не прикасаться ни к чему.

2



Снимите обувь!

3



Продизенфицируйте лапы своего питомца, если были на улице с ним.

4



Стирайте при температуре более 60°.

Сразу же снимите всю одежду, и бросьте в пакет, чтобы потом постирать.

5



Оставляйте сумки, ключи, кошелек и т.д. в коробке у входа.

6



Ладони, запястья, лицо, шея и т.д.

Искупайтесь. Если нет возможности, промойте все части тела, которые были не закрыты.

7



Продизенфицируйте спиртосодержащей жидкостью телефон, а очки промойте с мылом.

Приготовить заранее раствор 20 мл (хлорка-жавель-лежия-белизна и т.д.) на 1 литр воды и обрызгать все поверхности



Не забудьте надеть перчатки

8

Прочистите все поверхности сумок и покупок хлоркой, прежде, чем положить на места.

9



Осторожно снимите перчатки, выбросьте и хорошо промойте руки.

10



Запомните, что невозможно продезинфицировать всё, главное минимизировать источники опасности.

# Делаем маску сами

## советская инструкция

Ватно-марлевую повязку (рис. 18) изготавливают из куска марли размером  $100 \times 50$  см. На его середину кладется слой ваты размером  $30 \times 20$  см и толщиной

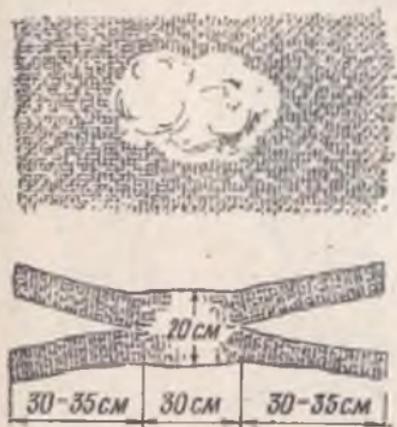


Рис. 18. Ватно-марлевая повязка

1—2 см, марлю с обеих длинных сторон загибают, закрыв вату. Концы марли надрезают так, чтобы образовались две пары завязок.

Повязка накладывается на рот и нос, верхние концы ее завязываются на затылке за ушами, нижние — на темени. Для защиты глаз используются противопыльные защитные очки.