

# ДОРОГИЕ НАШИ БАБУШКИ И ДЕДУШКИ!

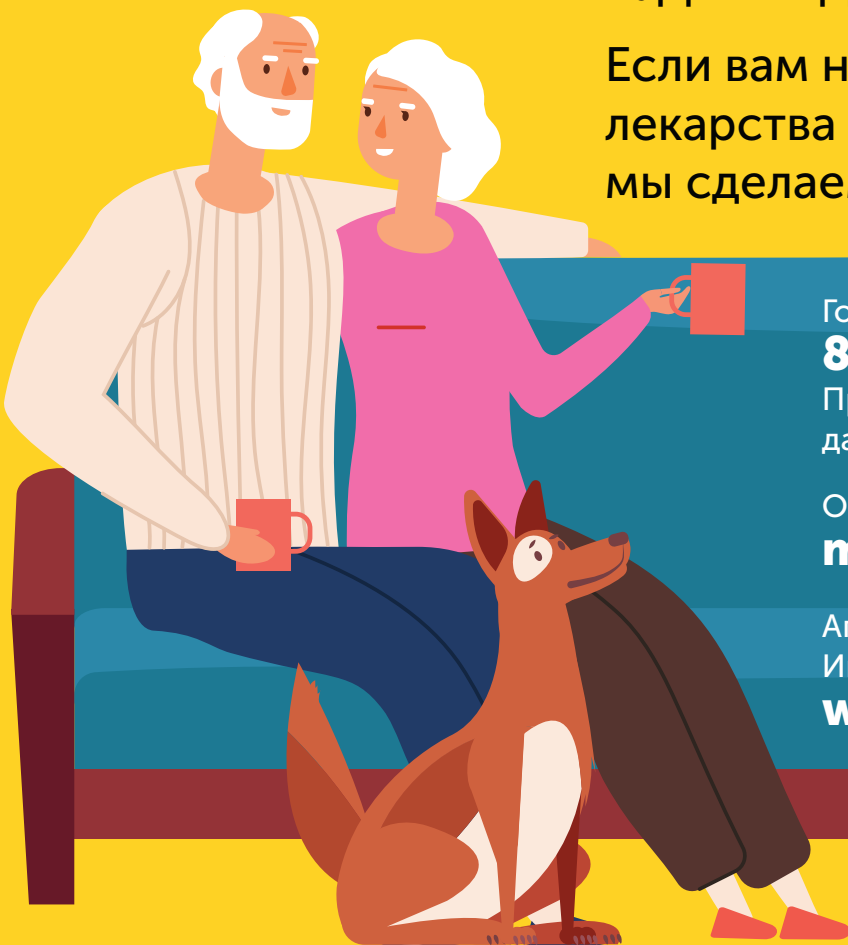
Без крайней необходимости  
не выходите из дома!



**ПОПРОСИТЕ РОДСТВЕННИКОВ  
ВАМ ПОМОЧЬ. ДОСТАВИТЬ  
ПРОДУКТЫ ДО ДВЕРИ**

ЕСЛИ НЕКОМУ ПОМОЧЬ,  
ПОЗВОНИТЕ НАМ  
СОЦИАЛЬНЫЙ ПОМОЩНИК  
БУДЕТ РЯДОМ:

Если вам нужно купить продукты,  
лекарства или выгулять собаку,  
мы сделаем это для вас



Горячая линия:

**8 (495) 870-45-09**

При звонке будьте готовы назвать  
данные паспорта.

Официальная информация на сайте

**mos.ru**

Агрегатор добрых дел.

Информация, как жить в режиме онлайн

**www.ya-doma.ru**

#коронавирус2020  
#стопкоронавирус

# Но если вам очень нужно выйти, соблюдайте строгие правила:



Во-первых,  
не паникуйте!



Отложите походы  
в торговые центры,  
кино, театры и т. д.



Избегайте рукопожатий  
и объятий, ограничьтесь  
словесным приветствием



Не трогайте  
лицо руками



Старайтесь держаться  
на расстоянии 1 метра  
друг от друга



Кашляйте или чихайте в одно-  
разовую салфетку и сразу  
ее выбрасывайте. В крайнем  
случае – в локоть (не в кулак)



Часто мойте руки  
с мылом не менее  
40-60 секунд



Часто  
проветривайте  
комнату



Пользуйтесь перчатками  
в общественном транспорте,  
стирайте их или меняйте  
регулярно



Не держитесь  
за перила



Надевайте маски,  
если чувствуете  
недомогание



Протирайте ручки дверей,  
телефоны, планшеты, ключи,  
рабочие поверхности спирто-  
содержащими салфетками



Делайте  
влажную уборку



Избегайте наличных  
денег, оплачивайте  
товары картой



Узнайте, как дела у родителей,  
пожилых родственников,  
но не приезжайте. Убедите  
их не выходить из дома



Заказывайте  
продукты и товары  
с доставкой на дом



Открывайте двери локтем,  
кнопки лифта нажимайте  
кулаком или через  
одноразовую салфетку



При повышении температуры,  
кашле и других признаках  
вирусной инфекции –  
вызывайте врача на дом!