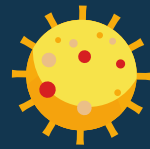




КОРОНАВИРУС (COVID-19)



Защитите себя,
ваших родных и
близких



Способствуйте предотвращению распространения таких заболеваний как коронавирус (COVID-19)

+ МОЙТЕ РУКИ

Регулярно мойте руки тёплой водой с мылом.



+ ПРИКРЫВАЙТЕСЬ ВО ВРЕМЯ КАШЛЯ ИЛИ ЧИХАНИЯ

Во время кашля или чихания прикрывайтесь рукавом либо салфеткой. Затем - выбросьте салфетку в мусор и вымойте руки.



+ НЕ ТРОГАТЬ

Избегайте прикосновения к глазам, носу или ко рту, особенно немытыми руками.



+ СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ

Избегайте тесных контактов с больными людьми.



+ ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА

Если вы испытываете такие респираторные симптомы, как кашель или повышенную температуру - оставайтесь дома.



+ ОБРАЩАЙТЕСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ

Если вы чувствуете симптомы коронавируса (COVID-19) (кашель, повышенную температуру, одышку), то прежде, чем обращаться за медицинской помощью, позвоните в ваше лечебное учреждение или в местный департамент здравоохранения по телефону.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Следуйте рекомендациям Департамента Здравоохранения штата Калифорния:

@capublichealth и на сайте: www.cdph.ca.gov/covid19

