

# Гигиенические инструкции

по предотвращению распространения вирусной инфекции



## Это не невежливость!

Это обычная предосторожность — не здороваться за руку. Давайте лучше улыбаться друг другу!



### Тщательно мойте руки

Регулярно и тщательно мойте руки с мылом.



### Чихайте в локоть

Если вы чихаете, делайте это в локоть и отворачивайтесь от окружающих людей.



### Не прикасайтесь руками к лицу

Старайтесь не прикасаться к своему лицу руками.



### Одноразовые платки

Используйте одноразовые платки и выбрасывайте их после использования.