

# Вірусні інфекції. Гігієна — це захист!



За допомогою цих заходів ви можете захистити себе й інших від інфекційних захворювань, зокрема коронавірусної інфекції.

## Основні поради щодо гігієни



Дотримуйтеся дистанції



Регулярно й ретельно  
привітрюйте приміщення



Носіть маску, що захищає  
рот і ніс, коли це необхідно



Залишайтеся вдома,  
якщо ви захворіли



Дотримуйтеся гігієни  
кашляння й чхання



Регулярно мийте руки,  
виконуючи повсякденні справи



Уникайте фізичних контактів  
з іншими



Тримайте руки  
подалі від обличчя

