

Что вы можете сделать, чтобы защитить себя от **VIDOC-19?**



#Оставайтесь/Сидите Дома

- 01.** Оставайтесь дома. Выходите только для покупки необходимых продуктов или что бы прогуляться соблюдая дистанцию от других людей.
- 02.** Не приглашайте друзей в свой дом.
- 03.** Очень часто мойте руки.
- 04.** Кашляйте и чихайте в локоть или в бумажную салфетку. Выбрасывайте данную бумажную салфетку в закрытый мусорный бак.
- 05.** Часто очищайте/дезинфицируйте предметы и поверхности (счетчики, дверные ручки, телефоны и т.д.).
- 06.** Оставляйте свои туфли на улице.
- 07.** Если у вас есть такие симптомы, как кашель или лихорадка, или если у вас есть какие-либо вопросы о вашем здоровье, жилищных проблемах, потере работы или других проблемах связанными с VIDOC-19, звоните по телефону **1-877-644-4545**.

Социальное дистанцирование и мытье рук - это два самых важных способа защиты от вируса у себя и у других.

**Каждый из нас должен внести свой вклад
соблюдая эти важные инструкции.**