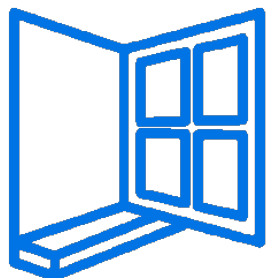


СПРИ Коронавирус COVID-19



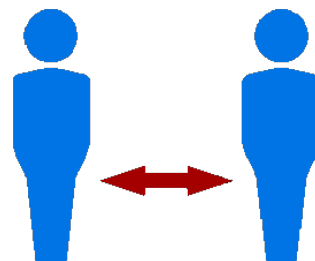
Дезинфектирай!

Разтрий добре ръцете си с медицински дезинфектант (70% спирт, 10% глицерин и 20% вода) преди да пипаш лицето, очите, устата, храната или приборите си.



Проветрявай!

При всяка възможност проветрявай въздуха в затворените помещения (просто отваряй прозорците, не разчитай на климатиците).



Пази отстояние!

Не се събирай с много хора на едно място (особено в затворени помещения) и спазвай разумно отстояние (примерно 2 метра) от събеседниците си.



Кихай настрана!

Когато кихаш или кашляш, се обърни настрана от хората наоколо и закрий устата си с лакът или кърпа – не допускай разпиляване на секрети.

Коронавирус COVID-19 е грипозодобен вирус, който по всяка вероятност ще посети повечето от нас – и това не е непременно страшно (усложненията са сравнително редки). Важното е обаче нещата да стават бавно, за да има място за всеки нуждаещ се в отделенията за специализирана медицинска помощ. С горните 4 прости действия ти не само допринасяш за това забавяне, но също получаваш по-чист и по-здравословен живот за себе си, твоите близки и твоите колеги.

www.NFTINI.org

НФТИНИ

КТ "ПОДКРЕПА"

