

# КОРОНАВИРУС (COVID-19)

## Как защитить себя и других?



У Вас нет  
СИМПТОМОВ?



Ограничивайте  
(социальные)  
контакты  
1,5 метра



У Вас (умеренные)  
симптомы простуды?

У Вас (умеренные) симптомы простуды? Чихание, боль в горле, насморк, легкий кашель или повышение температуры до 38 градусов. Тогда Вам следует соблюдать следующие дополнительные меры:



Избегайте  
большие группы  
людей



По возможности  
работайте из дома



Оставайтесь дома



Регулярно мойте  
руки



При кашле и чихании  
прикрывайте рот и нос  
внутренней стороной  
локтя



Не пожимайте  
руки



Пользуйтесь  
бумажными  
салфетками

Более подробная информация на сайте: [www.stigas.nl](http://www.stigas.nl)

