В связи с угрозой распространения на территории поселка Хомутовка новой коронавирусной инфекции и в целях обеспечения безопасности здоровья населения Администрация поселка Хомутовка

рекомендует:

1. Соблюдайте режим самоизоляции: как можно реже бывайте в людных местах (торговые центры, транспорт, общепит,спорт.площадки ). Посещая их, держите безопасную дистанцию — не меньше 1 метра до соседа, а лучше 1,5 – 2 м.

2. Людям возраста 65+, а также с хроническими болезнями (диабет, онкология, сердечно-сосудистые, хронические заболевания органов дыхания) рекомендуется временно не выходить из дома. При необходимости купить продукты, лекарства пользуйтесь помощью родных, соседей.

3. Избегайте контактов с людьми, имеющими признаки простуды и ОРВИ (кашель, чихание).

4. Как можно чаще мойте руки с мылом. Делайте это не менее 20 секунд. Если нет в доступе воды и мыла, используйте антисептики.

5. Прикасайтесь к лицу и глазам только помытыми руками или одноразовой салфеткой.

6. Старайтесь не прикасаться руками к ручкам, перилам и другим предметам и поверхностям в общественных местах.

7. Откажитесь от приветственных рукопожатий, поцелуев и объятий.

8. Надевайте, по возможности, одноразовую медицинскую маску в людных местах и транспорте – это не даст вам непроизвольно трогать лицо нечистыми руками.

9. Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.

10. Почаще делайте влажную уборку.

11. Ведите здоровый образ жизни: высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физическими упражнениями.

С уважением Администрация п.Хомутовка