

# Коронавирус: Не боимся - Защищаемся

## Знание — сила!



**Часто и тщательно мойте руки** водой с мылом или спиртосодержащим раствором. В целом, избегайте трогать руками нос, рот и глаза.



Когда кашляете или чихаете, **закрывайте нос и рот** внутренним сгибом локтя или бумажной салфеткой, а затем сразу мойте руки.



**Выбрасывайте салфетку** сразу после использования в закрытое мусорное ведро.



**Избегайте близких контактов с людьми** при наличии симптомов у вас простуды (кашель, температура, насморк, боль в горле) или при наличии таких симптомов у других людей (особенно это касается пожилых и людей с хроническими заболеваниями).



При наличии таких симптомов, как температура, кашель или затрудненное дыхание, и если вы были в пораженной вирусом зоне, **необходимо обратиться к вашему врачу или в Национальную организацию общественного здравоохранения (тел. 2105212054)** и оставаться дома.



При наличии симптомов во время поездки, **следует немедленно уведомить экипаж и обратиться за медицинской помощью.**



**Мойте руки:** при приготовлении пищи, уходе за больными, при контакте с животными.



**Обращайтесь к специалистам и ученым** для получения информации.



**Полезных  
советов**



GENERAL SECRETARIAT  
FOR CIVIL PROTECTION



HELLENIC REPUBLIC  
Ministry of Citizen Protection