

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЬЕ НАШИХ ДЕТЕЙ ВАЖНЕЕ ВСЕГО

ПРОФИЛАКТИКА: ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ И КАКИМ РЕКОМЕНДАЦИЯМ СЛЕДОВАТЬ

Во время активности сезонных острых респираторных заболеваний, гриппа и новой коронавирусной инфекции COVID-19 очень важно, **чтобы вы заботились о своем здоровье**



ОРГАНИЗУЙТЕ БЕЗОПАСНОЕ РАБОЧЕЕ МЕСТО

- Проветривайте помещения
- Дезинфицируйте поверхности
- Измеряйте температуру детям и работникам не менее двух раз в день
- Проводите беседы с детьми и родителями о мерах профилактики заболевания
- Не создавайте массового скопления детей, родителей и работников
- Не проводите культурно-массовых и праздничных мероприятий



ИСПОЛЬЗУЙТЕ СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ

Носите маски и перчатки не только на работе, но и в общественном транспорте, магазинах, местах массового пребывания людей



СОБЛЮДАЙТЕ СОЦИАЛЬНУЮ ДИСТАНЦИЮ 1,5 – 2 МЕТРА

По возможности избегайте мест скопления людей



БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ

Если вы чувствуете недомогание или у вас появились признаки острого респираторного заболевания – оставайтесь дома и вызовите врача



СОБЛЮДАЙТЕ МЕРЫ ОБЩЕЙ ГИГИЕНЫ

Часто и тщательно мойте руки, пользуйтесь антисептиками, не притрагивайтесь к лицу



АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Придерживайтесь здорового образа жизни, физическая активность и упражнения пойдут на пользу организму

МЫ ВСЕГДА ГОТОВЫ
ВАМ ПОМОЧЬ:



8 (800) 100 1520
КРУГЛОСУТОЧНО



БЕРЕГИТЕ СЕБЯ!

РЖД