В связи с ростом количества выявленных случаев заражения COVID-19 в Липецкой области напоминаем о рекомендациях по профилактике новой коронавирусной инфекции.

1. Гражданам лучше воздержаться от поездок в другие регионы страны, от посещений мест массового скопления людей.Не подвергать опасности родных и знакомых из групп риска (лица в возрасте старше 65 лет, лица с хроническими соматическими заболеваниями), для общения целесообразно использовать современные дистанционные средства связи.
2. При выходе из дома не забывайте пользоваться масками для защиты органов дыхания и перчатками, в домах продолжать проведение уборок с применением дезинфицирующих средств.
3. В магазинах обязательно использовать маски и перчатки, соблюдать дистанцию (1,5-2 м), отдавать предпочтение доставкам продуктов на дом.
4. Если возникла необходимость выполнить ряд физических упражнений на открытом воздухе, следует выбирать открытые для посещений парки и скверы и время, чтобы обеспечить дистанцию с людьми более 5 м.
5. По возможности следует воздержаться от любых поездок. Гражданам пожилого возраста (старше 65 лет) и лицам, имеющим хронические заболевания лучше остаться дома;
6. Если поездку отложить не удается, необходимо придерживаться следующих правил:

- не расширять круг общения, находиться с теми, с кем контактировали (находились в одной квартире);

- уточнить адреса и телефоны медицинских организаций в месте планируемого пребывания,

- запастись масками, перчатками, дезинфектантами и кожными антисептиками;

-в пути следования отдать предпочтение личному транспорту или такси (чтобы минимизировать контакты с посторонними).

Учитывая, что один из способов передачи новой коронавирусной инфекции – контатный, огромное внимание уделяется эффективной гигиене рук. Известно, что антисептик для рук является альтернативой мылу и воде, особенно при отсутствии условий для мытья рук. Антисептические средства существуют в виде жидкости, геля, спрея, пены, салфеток.

**Помните: поддержание гигиены рук считается наиболее надёжным способом предотвращения передачи опасных инфекций!**