

Ի՞նչ անել, եթե

կարգահանի

ժամանակ

անգամ

չի կարելի

սևից գործը

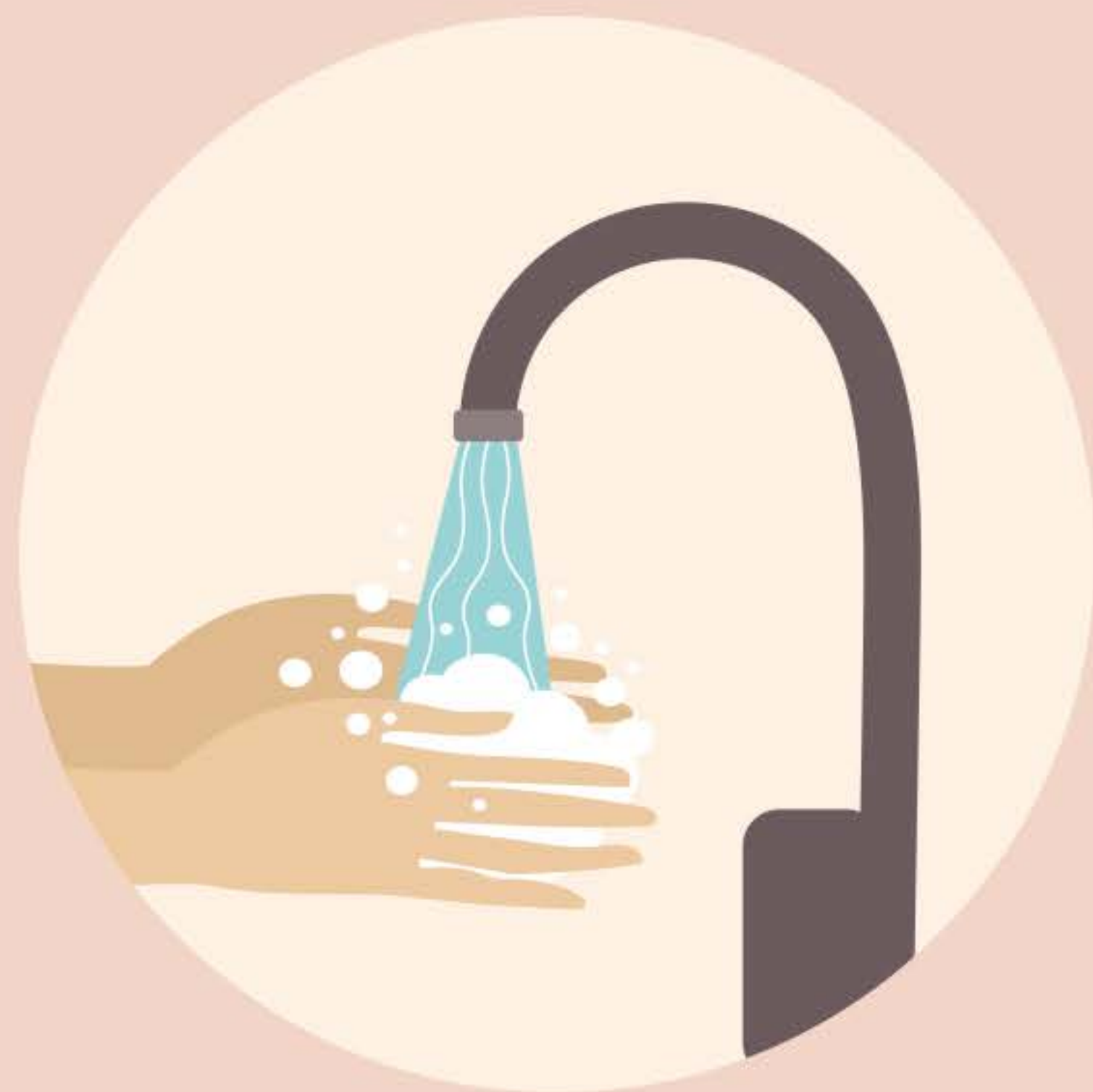
գալ:



Ի՞նչ վնեւ, եթե կարգւնՏիւնի ժԱՄԱՆԱԿ ԱՌԱՅԺՄ ՉԻ ԿԱՐԵԼԻ ՏՆԻՑ ԴՈՒՐՍ ԳԱԼ:

Լվացեք ձեր ձեռքերը ոչ պակաս, քան 20 վայրկյան:

Որքան հաճախ լվանաք, այնքան լավ.
մինչև փողոց դուրս գալը,
հասարակական վայրեր այցից և
տրանսպորտից օգտվելուց, հազից և
փռշտոցից, հիվանդ մարդու հետ
շփումից, կենդանիների հետ շփումից և
զուգարանից օգտվելուց հետո, մինչև
սննդի պատրաստումն ու ընդունումը:



**Օգտագործեք ախտահանիչ
(ոչ պակաս, քան 60% սպիրտ):**

Պարբերաբար սրբեք այն
առարկաների մակերեսները,
որոնց հաճախ եք դիպչում
սմարթֆոնը, մեքենայի ղեկը,
դռների բռնակները, լույսի
անջատիչները և այլն:



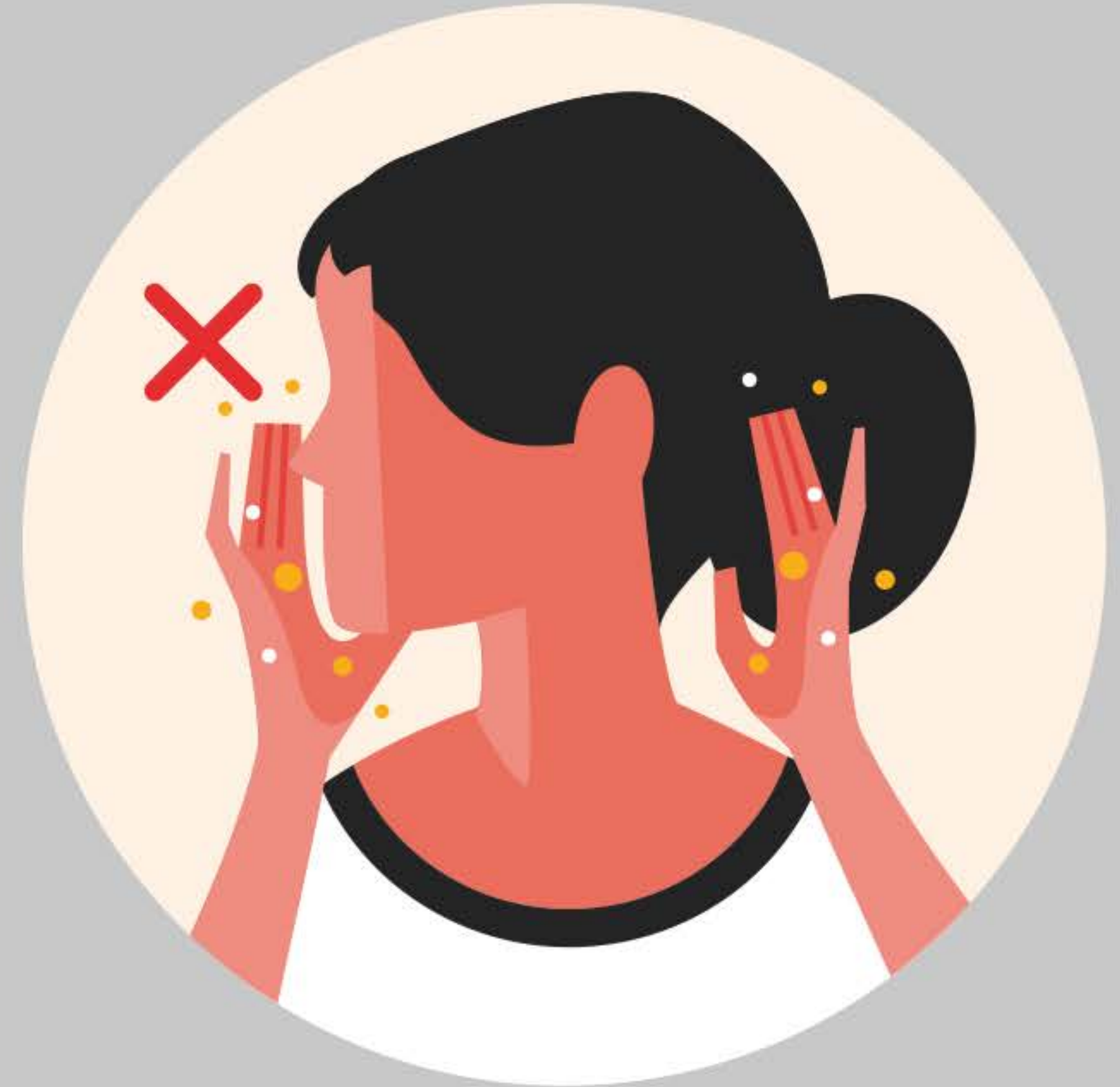
Ի՞նչ վնեւ, եթե ԿԱՐԱՆՏԻՆԻ ԺԱՄԱՆԱԿ ԱՌԱՅԺՄ ՉԻ ԿԱՐԵԼԻ ՏՆԻՑ ԴՈՒՐՍ ԳԱԼ:

Մի դիպչեք դեմքին ձեռքերով, հատկապես քթին, աչքերին և բերանին:

Ժամանակավորապես հրաժարվեք ձեռքսեղմումներից, գրկախառնուլթյուններից և համբույրներից:

Փռշտացեք և հազացեք ճիշտ:

Լավագույնն է օգտագործել մեկանգամյա անձեռոցիկ, որը պետք է օգտագործումից անմիջապես հետո դնել նետել, ապա լվանալ կամ ախտահանել ձեռքերը: Մեկ այլ տարբերակ է արմուկով ծածկել բերանը:



Ի՞նչ անել, եթե կարգը չի լինում ձեր կրթելի ճեմարանում:

Փորձեք ավելի քիչ օգտվել հասարակական տրանսպորտից և չլինել մարդաշատ վայրերում:

Պահպանեք այլ մարդկանց հետ ոչ պակաս, քան 1 մետր հեռավորություն:

Խնդրեք տարեց ազգականներին մնալ տանը:

Կազմակերպեք նրանց համար անհրաժեշտ ապրանքների և դեղերի առաքումը տուն և առանց խիստ անհրաժեշտության մի այցելեք նրանց:



Ի՞նչ վնեւ, եթե ԿԱՐԱՆՏԻՆԻ ԺԱՄԱՆԱԿ ԱՌԱՅԺՄ ՉԻ ԿԱՐԵԼԻ ՏՆԻՑ ԴՈՒՐՍ ԳԱԼ:

Մնացեք տանը, եթե վատ եք զգում:

Դիմեք բժշկի, եթե ունեք ջերմություն և չոր հազ:

Վստահեք նորություններին միայն հավաստի աղբյուրներից:

Ստուգեք, թե ինչ եք կարդում չատերում և մեկնաբանություններում՝ վստահելով ԱՀԿ-ին, առողջապահության ազգային ինստիտուտներին և պաշտոնական լրատվամիջոցներին:



де барг
ауап бе
жасы
арыңыз