



# КОРОНАВИРУС/CORONAVIRUS

## АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ ЗНАКИ ПРИВЕТСТВИЯ/ ALTERNATIVE GREETINGS






ВОЗ рекомендует поддерживать расстояние не менее 1 м между вами и всеми, кто кашляет или чихает.  
The WHO recommends maintaining at least 1 m distance between yourself and anyone who is coughing or sneezing.

Пожалуйста, используйте эти альтернативные способы приветствия коллег.

Please use these alternative ways to greet colleagues.

ПРЕКРАТИТЕ/STOP			НАЧНИТЕ/START		
Пожимать руки		Shake hands	Используйте поклон		Bow
Целоваться при встрече или прощании		Side kiss	Махните рукой		Wave
Обниматься		Hug	Кивните головой		Nod
			Приветствуйте издалека		Greet from afar

## ПЯТЬ ШАГОВ, КОТОРЫМ НЕОБХОДИМО СЛЕДОВАТЬ ПРИ МЫТЬЕ РУК FIVE STEPS TO FOLLOW WHEN WASHING HANDS

Намочите руки проточной водой (теплой или холодной) и закройте кран		Wet your hands with running water (warm or cold) and turn off tap
Тщательно намыльте руки, включая их тыльную сторону и места между пальцами		Apply soap and rub on your hands, do not forget back and in between fingers
Мойте руки не менее 20 секунд		Scrub hands for at least 20 second
Хорошо ополосните руки под чистой проточной водой		Rinse well under clean running water
Высушите полотенцем или под электросушителем		Dry with towel or air dry

## КОГДА НАДО МЫТЬ РУКИ?/ WHEN SHOULD YOU WASH YOUR HANDS?

ДО/BEFORE	ДО И ПОСЛЕ/BEFORE AND AFTER	ПОСЛЕ/AFTER
Прикосновения к лицу Touching face	Ухода за больным человеком Caring for sick person	Сморкания, чихания или кашля Blowing nose, sneezing or coughing
Приготовления еды Preparing food	Обработки порезов или ран Treating cut or wound	Использования туалета Using toilet
Приема пищи Eating food		