



КОМПЛЕКТ ПРОТИВОВИРУСНОЙ ОБОРОНЫ

ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА РАБОТУ, НА УЧЁБУ, В МАГАЗИН, КИНОТЕАТР, СПОРТЗАЛ ИЛИ ПОЛИКЛИНИКУ, ВОЗЬМИТЕ С СОБОЙ:

БУМАЖНЫЕ САЛФЕТКИ

ЧТОБЫ В НИХ ЧИХАТЬ, СМОРКАТЬСЯ И КАШЛЯТЬ

ВЛАЖНЫЕ САЛФЕТКИ

УБИРАТЬ ВИДИМЫЕ ЗАГРЯЗНЕНИЯ С РУК И ПОВЕРХНОСТЕЙ

ЧИСТЫЕ ПЕРЧАТКИ

ЧТОБЫ МЕНЯТЬ ИХ НА НОВЫЕ ПО МЕРЕ ЗАГРЯЗНЕНИЯ ИЛИ КАЖДЫЕ 3 ЧАСА

ЧИСТЫЕ МАСКИ

ЧТОБЫ МЕНЯТЬ ИХ КАЖДЫЕ 2 ЧАСА ИЛИ ПО МЕРЕ ЗАГРЯЗНЕНИЯ

ПОЛИЭТИЛЕНОВЫЕ ПАКЕТЫ
ДЛЯ БЕЗОПАСНОЙ УТИЛИЗАЦИИ ИСПОЛЬЗОВАННЫХ МАСОК, ПЕРЧАТОК, САЛФЕТОК

ГЕЛЬ-САНИТАЙЗЕР

КОГДА НЕТ ВОЗМОЖНОСТИ ВЫМЫТЬ РУКИ С ВОДОЙ И МЫЛОМ

ЖИДКОЕ МЫЛО

МЫТЬ РУКИ ВЕЗДЕ, ГДЕ ЕСТЬ ВОДА

СПРЕЙ- САНИТАЙЗЕР

ОБРАБАТЫВАТЬ УПАКОВКИ И ПОВЕРХНОСТИ

СПИРТОВЫЕ САЛФЕТКИ

ОЧИЩАТЬ ЭКРАНЫ ГАДЖЕТОВ И ПОВЕРХНОСТИ

БУТЫЛКА С ВОДОЙ

УТОЛИТЬ ЖАЖДУ

ЛАНЧБОКС С ЛЁГКИМ ПЕРЕКУСОМ
ЧТОБЫ НЕ ХОДИТЬ В СТОЛОВУЮ



egon.rospotrebnadzor.ru

**ВСЁ НЕОБХОДИМОЕ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ COVID-19
ДОЛЖНО БЫТЬ ПОД РУКОЙ!**





КАК СТИРАТЬ И ХРАНИТЬ МНОГОРАЗОВУЮ ЗАЩИТНУЮ МАСКУ?

1

СТИРАЙТЕ МНОГОРАЗОВУЮ МАСКУ ЕЖЕДНЕВНО

2

ЕСЛИ ИСПОЛЬЗОВАЛИ МАСКУ БОЛЬШЕ 4 ЧАСОВ, ЕЁ НУЖНО ЗАМЕНИТЬ

3

СТИРАЙТЕ МАСКУ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ НЕ МЕНЕЕ 60 °С В ТЕЧЕНИЕ КАК МИНИМУМ 30 МИНУТ ИЛИ ПРОКИПЯТИТЕ ЕЁ В СПЕЦИАЛЬНО ВЫДЕЛЕННОЙ ДЛЯ ЭТИХ ЦЕЛЕЙ ЕМКОСТИ НЕ МЕНЕЕ 10 МИНУТ

4

ПОСЛЕ ВЫСЫХАНИЯ ПРОГЛАДЬТЕ МАСКУ УТЮГОМ ПРИ МАКСИМАЛЬНОЙ ТЕМПЕРАТУРЕ

5

ХРАНИТЕ ЧИСТУЮ МАСКУ В ПАКЕТЕ С ЗАСТЕЖКОЙ-МОЛНИЕЙ

6

СТАРАЙТЕСЬ СНИМАТЬ МАСКУ КАК МОЖНО РЕЖЕ ПОСЛЕ НАДЕВАНИЯ

7

ЕСЛИ ВАМ НУЖНО НА КОРОТКОЕ ВРЕМЯ СНЯТЬ МАСКУ (НАПРИМЕР, ЧТОБЫ ПОПИТЬ), ПОЛОЖИТЕ ЕЁ В ЧИСТЫЙ ПАКЕТ

8

НЕ ХРАНИТЕ МАСКУ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ ИЛИ МОРОЗИЛЬНИКЕ: НИЗКАЯ ТЕМПЕРАТУРА НЕ УБИВАЕТ ВИРУС, НО ПАТОГЕННЫЕ МИКРООРГАНИЗМЫ С ИСПОЛЬЗОВАННОЙ МАСКИ МОГУТ ЗАГРЯЗНИТЬ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ

9

НЕ СТОИТ ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАСКИ ТЕМ, КТО НЕ МОЖЕТ ИХ НОСИТЬ ПРАВИЛЬНО:

- ДЕТИ ДО 12 ЛЕТ
- ЛЮДИ С ОСОБЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ, КОТОРЫЕ НЕ МОГУТ НОСИТЬ МАСКУ БЕЗ ПОМОЩИ ТРЕТЬИХ ЛИЦ

ПРИ НОШЕНИИ ЗАЩИТНОЙ МАСКИ ПОМНИТЕ О ДРУГИХ ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ:

1

СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ НЕ МЕНЕЕ 1,5 МЕТРОВ

2

НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ГЛАЗАМ

3

РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Я ЗАЩИЩАЮ ТЕБЯ, ТЫ ЗАЩИЩАЕШЬ МЕНЯ

egon.rospotrebnadzor.ru





МНОГОРАЗОВАЯ ЗАЩИТНАЯ МАСКА

1

КАК ПРАВИЛЬНО НАДЕВАТЬ МАСКУ?

- ПЕРЕД ТЕМ, КАК НАДЕТЬ МАСКУ, ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ ИЛИ ОБРАБОТАЙТЕ ИХ СПИРТСОДЕРЖАЩИМ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМ СРЕДСТВОМ
- ЧТОБЫ НАДЕТЬ МАСКУ, ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЛЕНТЫ/ЗАКРЕПЛЯЮЩИЕ ПЕТЛИ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К САМОЙ МАСКЕ, ОСОБЕННО К ЕЁ ВНУТРЕННЕЙ ПОВЕРХНОСТИ, КОТОРАЯ НЕПОСРЕДСТВЕННО ПРИЛЕГАЕТ К ЛИЦУ
- НАДЕВ МАСКУ, УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ОНА МАКСИМАЛЬНО ПЛОТНО ПРИЛЕГАЕТ К ЛИЦУ, ЗАКРЫВАЕТ НОС И РОТ

2

КАК ПРАВИЛЬНО СНИМАТЬ МАСКУ?

- ПЕРЕД СНЯТИЕМ МАСКИ ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ КОНЦЫ ЛЕНТ/ЗАКРЕПЛЯЮЩИХ ПЕТЕЛЬ, ЧТОБЫ СНЯТЬ МАСКУ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ВНУТРЕННЕЙ ПОВЕРХНОСТИ МАСКИ
- ЕЖЕДНЕВНО СТИРАЙТЕ МНОГОРАЗОВУЮ МАСКУ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

3

ПРИ НОШЕНИИ ЗАЩИТНОЙ МАСКИ ПОМНИТЕ О ДРУГИХ ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ:

- СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ НЕ МЕНЕЕ 1,5 МЕТРОВ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ГЛАЗАМ
- РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ





МНОГОРАЗОВАЯ ЗАЩИТНАЯ МАСКА КОГДА И ЗАЧЕМ НОСИТЬ?

1 КОГДА НУЖНО ОБЯЗАТЕЛЬНО НОСИТЬ ЗАЩИТНУЮ МАСКУ?

- ЕСЛИ ВЫ ВПЕРВЫЕ КОНТАКТИРУЕТЕ С ЧЕЛОВЕКОМ ИЛИ ГРУППОЙ ЛЮДЕЙ
- В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ, МАГАЗИНАХ, ДРУГИХ ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ, ОСОБЕННО ПРИ БОЛЬШОМ СКОПЛЕНИИ ЛЮДЕЙ
- ПРИ ПОСЕЩЕНИИ ЛЮДЕЙ ИЗ ГРУПП РИСКА (ВОЗРАСТ 65+, НАЛИЧИЕ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И Т.Д.), ЕСЛИ ВЫ САМИ ОТНОСИТЕСЬ К ГРУППЕ РИСКА
- ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ, ЧТО ЗАБОЛЕВАЕТЕ

НАДЕНЬТЕ МАСКУ, ЧТОБЫ СНИЗИТЬ РИСК РАСПРОСТРАНЕНИЯ ВОЗМОЖНОЙ ИНФЕКЦИИ И ЗАРАЖЕНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ ВАС ЛЮДЕЙ

2 КАК ПРАВИЛЬНО НАДЕВАТЬ МАСКУ?

- ПЕРЕД ТЕМ, КАК НАДЕВАТЬ МАСКУ, ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ
- ЧТОБЫ НАДЕТЬ МАСКУ, ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЛЕНТЫ/ЗАКРЕПЛЯЮЩИЕ ПЕТЛИ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К САМОЙ МАСКЕ, ОСОБЕННО К ЕЁ ВНУТРЕННЕЙ ПОВЕРХНОСТИ, КОТОРАЯ НЕПОСРЕДСТВЕННО ПРИЛЕГАЕТ К ВАШЕМУ ЛИЦУ
- НАДЕВ МАСКУ, УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ОНА МАКСИМАЛЬНО ПЛОТНО ПРИЛЕГАЕТ К ЛИЦУ, ЗАКРЫВАЕТ НОС И РОТ

3 КАК ПРАВИЛЬНО СНИМАТЬ МАСКУ?

- ПЕРЕД СНЯТИЕМ МАСКИ ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ КОНЦЫ ЛЕНТ/ЗАКРЕПЛЯЮЩИХ ПЕТЕЛЬ, ЧТОБЫ СНЯТЬ МАСКУ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ВНУТРЕННЕЙ ЧАСТИ МАСКИ
- ЕЖЕДНЕВНО СТИРАЙТЕ МНОГОРАЗОВУЮ МАСКУ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

4 ПРИ НОШЕНИИ ЗАЩИТНОЙ МАСКИ ПОМНИТЕ О ДРУГИХ ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ:

- СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ НЕ МЕНЕЕ 1,5 МЕТРОВ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ГЛАЗАМ
- РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

