

# #МЫВМЕСТЕ

## ПАМЯТКА ДЛЯ САМОИЗОЛИРОВАВШИХСЯ НА ПЕРИОД РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСА

# ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ

**Коронавирус** – это возбудитель ОРВИ, при котором отмечаются выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.

### Вирус передается:



Воздушно-капельным путем



Контактным путем

### ПРИЗНАКИ:



Повышенная утомляемость

Повышение температуры, озноб

Заложенность носа

Чихание

Кашель

Боль в горле

Бледность

Боль в мышцах

Ощущение тяжести в грудной клетке

### Как уберечься от вируса:



Чаще мыть руки с мылом



Не трогать глаза, рот и нос немытыми руками



Использовать медицинские маски



Близко не находиться с чихающими и кашляющими людьми

Телефон «горячей линии»  
для пожилых и маломобильных граждан

**8 800 200 34 11**



Если Вы оставили заявку на «горячей линии» и к Вам пришли волонтеры, они обязательно должны назвать Вам номер Вашей заявки. Это важно для Вашей безопасности!

# МЫВМЕСТЕ2020.РФ



Если Вы заболели простудой, а среди Ваших близких люди выезжали за рубеж за последние 2 недели, **обязательно скажите об этом врачу**. Он назначит анализ на новую коронавирусную инфекцию. **Не допускайте самолечения!**

Более подробно о новой коронавирусной инфекции можно узнать на **СТОПКОРОНАВИРУС.РФ**



# ПОМОЩЬ ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ, САМОИЗОЛИРОВАВШИМСЯ НА ВРЕМЯ РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСА (COVID-19)

## ВАМ НУЖНА ПОМОЩЬ?

Какая оказывается помощь:



Доставка  
продуктов  
и лекарств

Кому оказывается помощь:



Людам старше 60 лет  
и маломобильным  
гражданам

# 8-800-200-34-11

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПОМОЩИ #МЫВМЕСТЕ

## МОЖЕТЕ ПОМОЧЬ СОСЕДЯМ ИЛИ ГОТОВЫ СТАТЬ ВОЛОНТЕРОМ?

[МЫВМЕСТЕ2020.РФ](https://myvmeste2020.rf)

ОСТАВЬТЕ ЗАЯВКУ НА САЙТЕ

