



1 ОКТЯБРЯ 2020 ГОДА

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ



ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ COVID-19 ЛЮДЯМ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ ОСОБЕННО НЕОБХОДИМА
ЗАЩИТА, ЗАБОТА И ВНИМАНИЕ!

КАК СНИЗИТЬ ВЕРОЯТНОСТЬ ЗАРАЖЕНИЯ?



ОГРАНИЧИТЬ КОНТАКТЫ (РЕЖЕ БЫВАТЬ В ЛЮДНЫХ МЕСТАХ, ПО ВОЗМОЖНОСТИ ОСТАВАТЬСЯ ДОМА)



ЗАЩИТА (ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАСКИ, ПЕРЧАТКИ)



ОБЩЕНИЕ (ПО ВИДЕОСВЯЗИ, С ПОМОЩЬЮ МЕССЕНДЖЕРОВ)



ДВИЖЕНИЕ (ПРОГУЛКИ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ)



ПОЛНОЦЕННОЕ ПИТАНИЕ (ВКЛЮЧИТЬ В РАЦИОН БОЛЬШЕ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ)



МЕДИЦИНСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ (ПРИ ЛЮБОМ НЕДОМОГАНИИ КАК МОЖНО СКОРЕЕ ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ)



ВОЗРАСТ > 60 ЛЕТ - ЗОНА ОСОБЕННО ВЫСОКОГО РИСКА
ПРИ ЗАРАЖЕНИИ COVID-19



1 ОКТЯБРЯ ПОЗВОНИТЕ РОДИТЕЛЯМ, БАБУШКАМ,
ДЕДУШКАМ, СТАРШИМ РОДСТВЕННИКАМ И
ЗНАКОМЫМ, ЧТОБЫ ПРОЯВИТЬ ЗАБОТУ И
УВАЖЕНИЕ! И БУДЬТЕ НА СВЯЗИ КАЖДЫЙ ДЕНЬ!

egon.rospotrebnadzor.ru