

## **Памятка по профилактике новой коронавирусной инфекции для граждан 60+**

*Граждане старше 60 лет входят в группу риска по развитию осложнений при заражении новой коронавирусной инфекцией COVID-19, в том числе такого опасного как пневмония.*

### **Как не заразиться?**

**Соблюдайте режим самоизоляции** и как можно реже посещать общественные места.

*Пользуйтесь масками* в местах массового скопления людей.

Если у близких вам людей появились признаки простуды – ограничьте с ними контакты и требуйте их обращения за медицинской помощью.

*Часто мойте руки с мылом.* Не трогайте грязными руками лицо, рот, нос и глаза – таким путем вирус может попасть в ваш организм.

Пользуйтесь влажными салфетками. Протирайте ими предметы, которые были вместе с вами в общественных местах и в транспорте.

*Если вы заболели* или почувствовали себя нехорошо (не только в связи с простудными признаками, но и по другим проблемам со здоровьем, например, давлением) – *вызывайте врача на дом!*

**Вы можете обратиться по этим вопросам на тел. Горячей линии  
Министерства здравоохранения Забайкальского края:**

**8 (800) 350 48 03** (бесплатно с любого оператора мобильной связи);

**21-03-03** со стационарного телефона;

*Для пожилых людей Акции взаимопомощи «#МыВместе»*

**8 (800) 200 34 11**

*волонтеры помогут Вам с приобретением лекарств, продуктов или необходимых товаров с доставкой на дом, с оплатой коммунальных услуг дистанционно.*