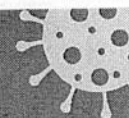




**МЧС РОССИИ  
РЕКОМЕНДУЕТ**

**правила поведения  
в режиме самоизоляции**



COVID-19

Самоизоляция – это добровольная изоляция от других людей. Режим самоизоляции применяется для прибывших из стран, в которых сложилась неблагоприятная ситуация по количеству заражений, для тех, кто заразился, но болеет в легкой форме, и тех, кто находится под подозрением, как возможный переносчик инфекции. При отсутствии признаков заболевания самоизоляция завершается после 14 дней.

## Если вы находитесь в режиме самоизоляции



Вам запрещено выходить из помещения, даже на непродолжительное время



Запрещены личные контакты с лицами, осуществляющими доставку



Договоритесь с родственниками, волонтерами, соседями об обеспечении вас продуктами, и выносе мусора. Бытовой мусор упаковывайте в двойные прочные мусорные пакеты, плотно закрывайте и выставляйте за пределы квартиры



Оплачивайте покупки через электронный кошелек, мобильные приложения различных банков, сайт или мобильное приложение портала «Госуслуги»

**ВАЖНО!** Вы можете покинуть место изоляции только в исключительном случае, когда вашей жизни или здоровью угрожает опасность (пожар, взрыв газа, обвал конструкций и др.).

## Соблюдайте правила личной гигиены



Перед приемом пищи, после посещения туалета и др., мойте руки теплой водой с мылом или обрабатывайте антисептиками



Регулярно проветривайте и проводите влажную уборку помещения с применением средств бытовой химии с моющим или моюще-дезинфицирующим эффектом

При вызове сотрудников спецслужб или медицинских работников вы обязаны указать свой статус «изолированного».