

## Уважаемые слонимчане!

Все вы прекрасно знаете о неблагоприятной ситуации, складывающейся в мире по коронавирусной инфекции. На 30 марта в Беларуси официально зарегистрировано 152 случая, 47 человек выздоровело, летальных исходов нет. На Слонимщине случаев коронавирусной инфекции не зарегистрировано.

Я, как главный государственный санитарный врач Слонимского района, призываю каждого жителя проявить свою гражданскую позицию, сознательность и следовать следующим простым правилам:

- ЕСЛИ Вы прибыли из неблагополучных по коронавирусной инфекции стран обязательно свяжитесь по телефону с любым медицинским учреждением! Будь-то поликлиника, больница или центр гигиены, либо по телефону 103! Никуда не выходите и выполняйте рекомендации медиков. Самоизолируйтесь на 14 дней! Это очень важно!
- НЕ ПОСЕЩАЙТЕ БЕЗ НЕОБХОДИМОСТИ места массового скопления людей: магазины, аптеки, поликлиники, а про посещение объектов общественного питания, развлекательных учреждений и т.д. лучше временно вообще забыть. ЕСЛИ Вы старше 60 лет попросите родных, близких, соседей или обратитесь в социальную службу (тел.: 6-64-90, 6-64-93) за помощью в приобретении лекарств и продуктов. А если выхода нет, то выбирать для похода стоит утренние часы, когда основная масса населения на работе!
- ЕСЛИ Вы почувствовали недомогание, обратитесь за медицинской помощью по месту жительства ПО ТЕЛЕФОНУ либо позвоните 103 и следуйте указаниям медицинских работников!
- ВОЗДЕРЖИТЕСЬ ОТ поездок в соседние регионы и тем более за рубеж!
- ВОЗДЕРЖИТЕСЬ ОТ использования общественного транспорта!
- ДЕРЖИТЕ ДИСТАНЦИЮ между людьми при посещении любых мест минимум 1 метр, а лучше – 1,5–2, особенно это касается очередей!
- Как можно ЧАЩЕ МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ, лучше с жидким, не менее 20 секунд. После мытья обязательно высушите руки. Перед мытьем рук снимите с них все аксессуары (кольца, часы и т.д.)!
- Как можно ЧАЩЕ ПРОВЕТРИВАЙТЕ ПОМЕЩЕНИЕ, в котором находитесь. По возможности, устраивайте сквозное проветривание!
- Проводите ЧАЩЕ ВЛАЖНЫЕ УБОРКИ с применением моющих и дезинфицирующих средств!
- Соблюдайте РЕСПИРАТОРНЫЙ ЭТИКЕТ! Кашляйте, чихайте либо в одноразовую салфетку (если ее нет, можно и в платок), либо в локтевой изгиб!

Эти простые правила могут сохранить Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!

Помните! По данным Всемирной организации здравоохранения здоровье человека зависит от медицины лишь на 8–10 %, а от **Вашего образа жизни – более чем на 50 %!**

**Берегите себя и своих близких!**

Главный государственный  
санитарный врач  
Слонимского района  
Д.Г.Дервоедов