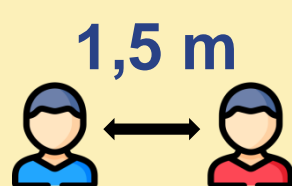


Четири основни мерки за защита от COVID-19



1

Мийте ръцете си често
Носете маска
Избягвайте да пипате очите, носа и устата си
При кашляне или кихане, покривате устата и носа със сгъвката на лакътя



2

Поддържайте разстояние най-малко от **1,5 метра** от други хора
Ограничете Вашите контакти

3

Отдавайте предимство на **открити пространства**
Проветрявайте често **затворените пространства**



4

Останете **вкъщи**, ако имате **симптоми** или ако спазвате **изолация** или **карантина**

4 декември 2020 г.

Консултирайте се с официални източници, за да се информирате
www.mscbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

#ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS

