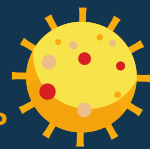




# КОРОНАВІРУС (COVID-19)



Захистіться самі та захистіть  
рідних та близьких

Сприяйте заходам щодо запобігання розповсюдженню таких респіраторних хвороб, як коронавірус (COVID-19)

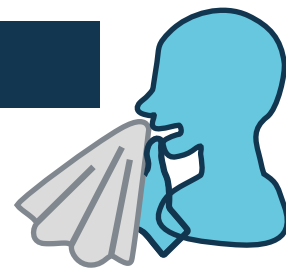
## + МИЙТЕ РУКИ

Систематично мийте руки теплою водою з милом.



## + ПОКРИВАЙТЕСЬ, КОЛИ КАШЛЯЄТЕ АБО ЧХА

Покривайтеся рукавом або серветкою, якщо кашляєте або чхаєте, а потім викиньте серветку у смітник та вимийте руки.



## + НЕ ТОРКАЙТЕСЬ

Уникайте торкання очей, носа або рота, особливо немитими руками.



## + ЗНАХОДЬТЕСЬ НА ВІДСТАНІ

Уникайте близьких контактів із хворими людьми.



## + ЗАЛИШАЙТЕСЬ ВДОМА

Якщо відчуваєте прояви респіраторних симптомів, таких як кашель або гарячку- лишайтесь вдома.



## + ЯК ОДЕРЖАТИ ДОПОМОГУ

Якщо відчуваєте симптоми коронавірусу (COVID-19) (кашель, гарячку, задишку), то перш ніж звертатись по медичну допомогу, зателефонуйте до вашої лікувальної установи або до місцевого департаменту охорони здоров'я.



## ДОДАКТОВІ ВІДОМОСТІ

Стежте за Департаментом Охорони Здоров'я Каліфорнії на:  
@calpublichealth та на сайті: [www.cdph.ca.gov/covid19](http://www.cdph.ca.gov/covid19)

