**Рекомендации Управления Роспотребнадзора по профилактике заболеваемости гриппом, ОРВИ и COVID-19 в период нерабочих дней (с 1 ноября по 7 ноября 2021).**

✔По возможности оставайтесь дома и не планируйте поездки в указанный период. Избегайте людных мест.

✔Ограничьте контакты, лучше отказаться от посещения и приема гостей, длительного общения в закрытых помещениях, сократить необязательные поездки, по возможности пользуйтесь услугами служб доставки товаров.

✔Кто не успел вакцинироваться имеют хорошую возможность сделать прививку от новой коронавирусной инфекции, а также от гриппа в эти дни.

✔Если избежать поездок не получается — используйте маски, антисептики, старайтесь избегать мест массового скопления людей.

✔Общайтесь с родственниками, друзьями и близкими по телефону или с помощью других средств связи.

✔При ухудшении самочувствия не занимайтесь самолечением, вызовите врача.

**Берегите себя и будьте здоровы!**

@rospotrebnadzor\_krsk