

## Оставайтесь дома и помните о гигиене

Во избежание вспышки коронавируса власти города Хельсинки приняли ряд решений и рекомендаций для горожан:

- **Избегайте контактов с людьми.** По возможности оставайтесь дома. Для этого работайте удаленно на дому, если это возможно. В общественных местах не рекомендуется собираться в группы более десяти человек и посещать их без надобности.
- **Соблюдайте дистанцию в два метра** с другими людьми, если вы вышли из дома.
- **Пожилым старше 70-ти лет настоятельно рекомендуется оставаться дома.** Близких просим звонить пожилым людям и связываться с ними через интернет. Если вы хотите помочь с покупкой продуктов, то, пожалуйста, оставьте их за дверью.
- **Помните о соблюдении правил гигиены особенно в общественных местах.** Если вы кашляете или чихаете, то используйте бумажные салфетки или прижимайте голову к локтю. Мойте руки более 20 секунд.
- **При малейших симптомах простуды оставайтесь дома!** Большинство заразившихся коронавирусом выздоравливает в течение недели без лечения врача.
- **Если вы почувствовали общую слабость, температура долго не спадает и есть затруднения в дыхании,** позвоните в городскую службу по коронавирусу **09 310 10024** в будние дни с 7.00 до 20.00. В остальное время звоните по дежурному номеру **116 117**.
- **Старайтесь не пользоваться общественным транспортом.**
- **В учебных заведениях города обучение приостановлено.** Учащиеся переведены на обучение на дому. Обучение с 1 по 3 класс организовано при школах. Власти настоятельно рекомендуют продолжать удаленное обучение.
- **Если у вас есть возможность ухаживать за маленькими детьми на дому, не приводите их в садик, чтобы избежать заражения.** Садики работают для детей, нуждающихся в уходе.
- **Все городские учреждения сферы культуры и услуг временно закрыты.** Это касается библиотек, спортивных комплексов, бассейнов, музеев, домов культур и подростковых центров.