

НА РАБОТНОТО МЯСТО

ВКЪЩИ



Избягвайте събиране
на много хора



Избягвайте
обществен транспорт



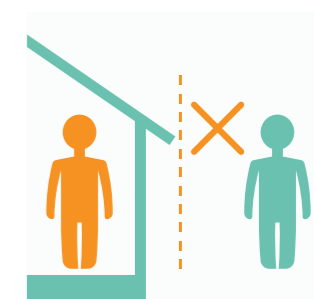
Ходете пеша или с
личен автомобил



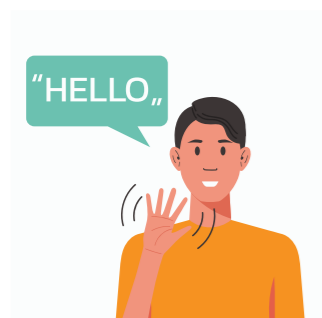
При възможност -
работете от вкъщи



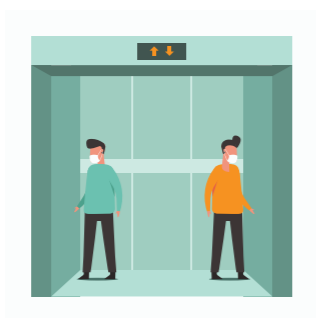
При нужда от помощ
се обадет на личния
лекар или на СМП



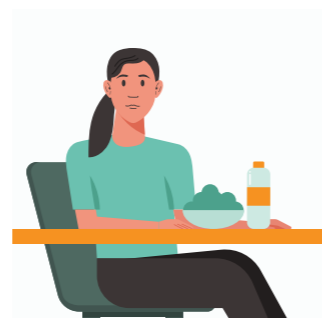
Не приемайте и не
ходете на гости



Не се здрависвайте,
поздравете без допир



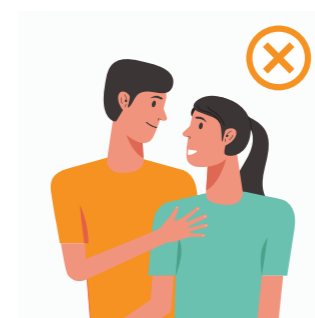
Използвайте стълбите
или стойте гръб-гръб
в асансьора



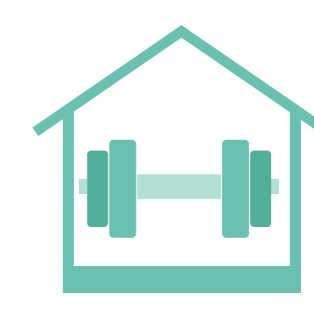
Носете си храна от
вкъщи и се хранете
самостоятелно



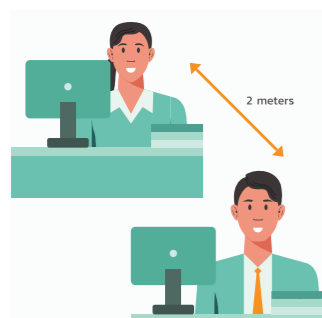
Не споделяйте лични
вещи и посуда



Избягвайте близост
и докосване с хора,
извън семейството



Правете упражнения
и тренировки вкъщи



При възможност
работете на 1-2 м.
разстояние



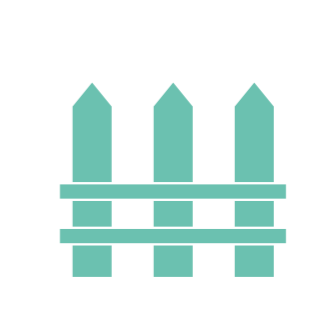
Правете оперативките
чрез видео
конференции срещи



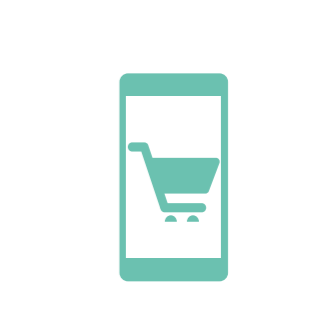
Заменете срещите с
телефонни разговори



Консумирайте добре
сготвена храна



Излизайте на въздух
в двора или терасата



При възможност
пазарувайте онлайн