

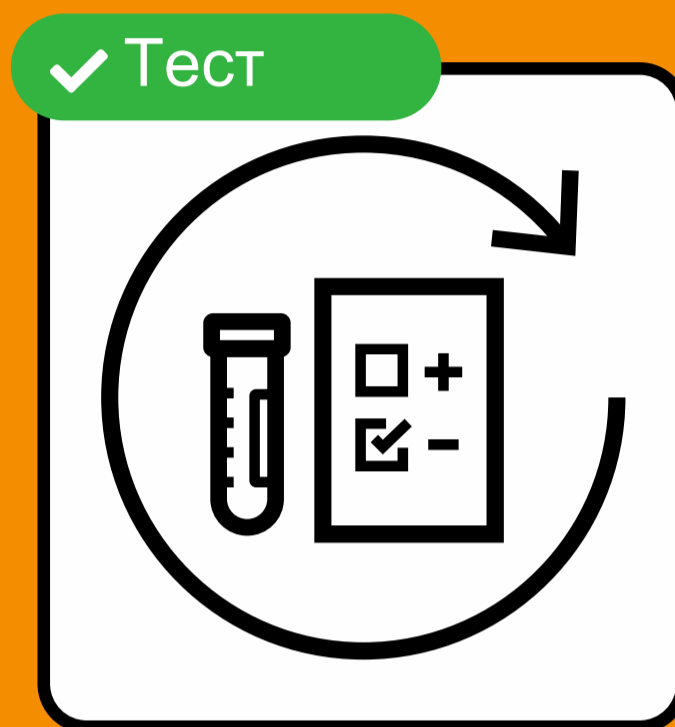
# Как защитить себя.



## Сейчас особенно важно:



Рекомендуется: вакцинация против Covid-19.

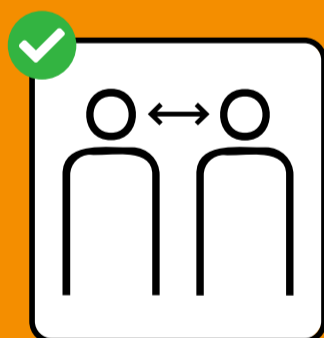


Регулярное тестирование даже при отсутствии симптомов.

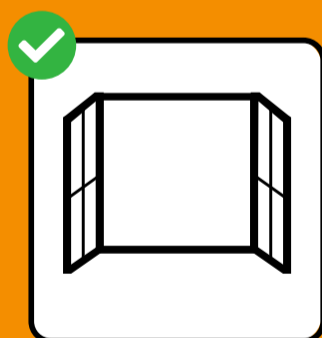
## Кроме того, важно:



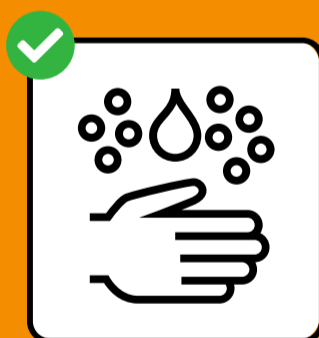
Носить маску, когда соблюдение дистанции невозможно.



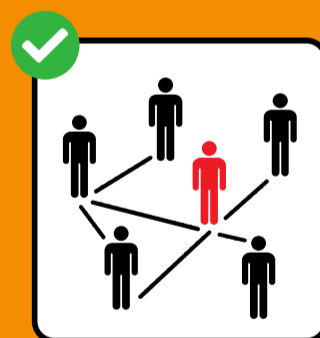
Соблюдать дистанцию.



Каждый день многократно проветривать помещения.



Тщательное мыть руки и избегать рукопожатий.



Указывать полные координаты всех контактов для отслеживания заражений.



При наличии симптомов немедленно сдавать тест и отправляться на самоизоляцию.

[www.foph-coronavirus.ch](http://www.foph-coronavirus.ch)

Правила в отдельных кантонах могут различаться.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG  
Office fédéral de la santé publique OFSP  
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP  
Uffizi federal da sanadad publica UFSP

Russisch  
Russe  
Russo  
Russian  
Русский



Загрузите приложение SwissCovid