

# STOP THE SPREAD OF GERMS

Остановить распространение микробов.

**Help prevent the spread of respiratory diseases like COVID-19.**

Помогите предотвратить распространение респираторных заболеваний, таких как COVID-19.

**Avoid close contact with people who are sick.**



**Cover your cough or sneeze with a tissue, then throw the tissue in the trash.**

Прикрывайте свой кашель или чихание салфеткой, а затем выбросьте салфетку в мусорное ведро.

**Clean and disinfect frequently touched objects and surfaces.**

Чистите и дезинфицируйте предметы и поверхности к которым вы часто прикасаетесь.

Избегайте прикосновения к глазам, носу и рту.

**Avoid touching your eyes, nose, and mouth.**

**Stay home when you are sick, except to get medical care.**

Оставайтесь дома, когда вы больны, за исключением получения медицинской помощи.

**Мойте руки с мылом и водой, не менее 20 секунд.**

**Wash your hands often with soap and water for at least 20 seconds.**



For more information: [www.cdc.gov/COVID19](http://www.cdc.gov/COVID19)

Для получения дополнительной информации: [www.cdc.gov/COVID19](http://www.cdc.gov/COVID19)