

## РЕКОМЕНДАЦИИ

Вам назначили соблюдение домашнего режима по месту Вашего проживания потому, что Вы являетесь потенциальным носителем вируса в латентный период заболевания:

- Вы находились в близком контакте с человеком, который болел коронавирусом. То есть, Вы находились с ним на расстоянии меньше двух метров более 15 минут без маски или средств личной защиты и без соблюдения мер предосторожности.
- Вы находились в близком контакте с человеком, который болел коронавирусом при пользовании транспортом дальнего следования (самолет, поезд, автобус, автомобиль, водный транспорт).

Вам необходимо принять следующие меры:

- Вы должны соблюдать домашний режим, оставаясь по возможности в отдельной, хорошо проветриваемой комнате.
- Если Вам необходимо покинуть пределы комнаты или если кто-то должен зайти к Вам в комнату, то в этом случае надо сохранять безопасное расстояние 2 метра, быть в маске и не забывать о том, что необходимо часто мыть руки.
- Не принимать гостей у себя дома.
- Часто мойте руки с мылом и пользуйтесь антисептическим гелем.
- Не принимайте жаропонижающие лекарства (парацетамол, ибупрофен).
- Следите и записывайте показания градусника два раза в день.
- Внимательно следите за появлением симптомов заболевания.
- По возможности продолжайте заниматься своими повседневными делами и сохраняйте тот уровень активности, который Вы поддерживали до появления COVID-19.



[\(ampliar la imagen\)](#)

**В случае невыполнения указанных мер предусмотрены следующие санкции: АДМИНИСТРАТИВНЫЕ САНКЦИИ.** Невыполнение карантинных мер в случае, если Вы являетесь инфицированным, предусматривает штраф от **621 € до 3.000 €.**