



מדינת ישראל  
משרד החינוך  
הפיקוח על הבריאות - מנהל פדגוגי

## Возвращение к обычной жизни в тени короновируса

Действуем в соответствии с фиолетовым уровнем опасности



**Сохраняем расстояние 2 метра друг от друга**  
отсчитаем 2 больших шага



**Наденем личную маску**  
улыбайтесь под маской это и полезно, и заметно по глазам.



**Чихаем в локоть**  
апчхи в локоть. Об этом знают все



**Моем руки с водой и мылом**  
обмываем вокруг и считаем до 60, моем и вытираем, мы это умеем.



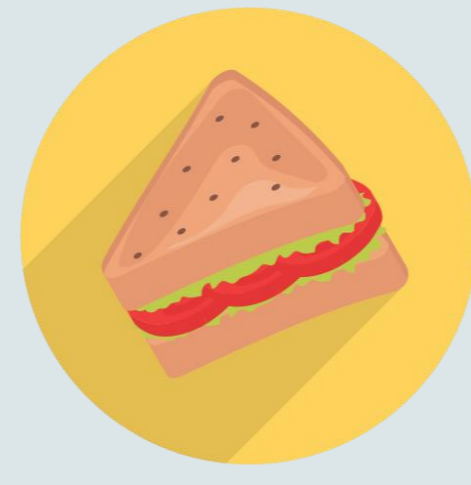
**Меряем температуру перед тем как приходим**  
38 и выше дома остаемся.



**Остаемся дома если заболели**  
приходим только если здоровы, заботимся о себе и о других.



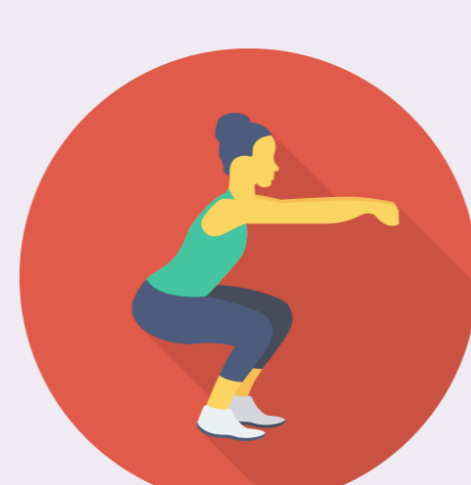
**Стараемся приходиться пешком и не в общественном транспорте,**  
Это и спорт и сохранение здоровья



**Приносим собственную еду**  
бутерброд овощи и фрукты, и насыщает и полезно



**Проявим личную ответственность и заботу о других**  
сохраняем оптимизм и дружелюбие. Вместе все преодолеем.



**Увеличим ритм**  
движение минимум час в день и разумная диета каждый день,

**Возьмем ответственность за свое здоровье!**