

**Самоизоляция** – самая эффективная на данный момент мера, способная сдержать темпы распространения нового коронавируса, вызывающего COVID-19.

С 20-00 31.03.2020 режим самоизоляции введён для жителей Республики Алтай, независимо от их возраста. Подобные меры введены во многих других регионах России.



Что такое режим самоизоляции?

Это строгий домашний режим, который соблюдается по месту фактического проживания, во время самоизоляции ограничиваются любые контакты с людьми, не входящими в ближайший круг совместного проживания.

**В период действия режима самоизоляции покидать дом разрешается только в случаях:**

- обращения за экстренной (неотложной) медицинской помощью или при наличии угрозы жизни и здоровью

- поездок на работу, если вы обязаны ходить на работу

- совершения покупок в ближайшем работающем магазине или аптеке

- выгула домашних животных на расстоянии, не превышающем 100 метров от места проживания (пребывания)

- необходимости вынести бытовой мусор

- на улицах, в магазинах, в транспорте и любых других общественных местах надо соблюдать «социальное дистанцирование» — находиться от других людей на расстоянии не менее 1,5 метров. Исключение - поездки в автомобилях такси, там такую дистанцию выдержать невозможно

- при необходимости покинуть дом – строго соблюдать правила личной гигиены, унадевать маску, по возвращении домой - обязательно вымыть руки с мылом

- на 31.03.2020 ограничения на движение общественного и личного автотранспорта не введены, спецпропуска для передвижения пока не предусмотрены

- не распространяется режим самоизоляции на медицинских работников, сотрудников правоохранительных органов, Роспотребнадзора, всех, кто обеспечивает охрану общественного порядка, защиту жизни, здоровья, безопасности жителей региона.

От того, насколько строго будут соблюдаться ограничительные меры самоизоляции, зависит наше с вами здоровье.

Каждый, кто выполняет правила самоизоляции вносит огромный вклад в спасение многих и многих жизней.

**Выбирайте дом, а не болезнь.**

**Оставаясь дома - остановим эпидемию!**