

## О рекомендациях для туристов в связи с распространением COVID-19 в странах мира

В связи с широким распространением COVID-19 и неустойчивой динамикой заболеваемости в разных странах мира, перед поездкой рекомендуется ознакомиться с эпидемиологической обстановкой в стране, которую вы планируете посетить и по возможности сократить сроки бронирования – бронировать билеты и жильё за несколько дней до вылета.

- Перед поездкой, необходимо ознакомиться с требованиями, предъявляемыми для въезжающих на территорию страны, в которую вы планируете путешествие.
- Соблюдайте меры социального дистанцирования на всем протяжении путешествия (включая транспорт и прохождение паспортного/таможенного контроля).
- При выборе мест размещения, отдавайте предпочтения отдельным номерам у официальных представителей гостиничного бизнеса. Постарайтесь избегать аренды частных домовладений и гостиниц с массовым типом размещения (хостелы).
- По возможности, старайтесь принимать пищу в личном номере или на открытом пространстве.
- Необходимо исключить из рациона блюда, для приготовления которых использовались мясо или полуфабрикаты диких животных.
- Не употребляйте пищу или напитки из чужой посуды или посуды с признаками загрязнения.
- При передвижении по городу, старайтесь предпочитать услуги такси общественному транспорту.

- Крайне важно во время всего путешествия соблюдать правила личной гигиены.
- Мойте руки с мылом как можно чаще, особенно, при посещении общественных мест.
- Если нет возможности помыть руки, используйте антисептики для рук, в составе которых не менее 60% спирта.
- Старайтесь не трогать грязными руками нос, рот и глаза.
- Поскольку вирус передаётся воздушно-капельным путём, воздержитесь от контактов с людьми, у которых имеются признаки респираторного заболевания (чихание, кашель).
- Во всех общественных местах используйте лицевые маски. Необходимо иметь некоторый запас средств индивидуальной защиты органов дыхания, в связи с тем, что их покупка может быть затруднительной в некоторых странах мира.
- При появлении симптомов заболевания необходимо незамедлительно обратиться к специалисту и не заниматься самолечением.

#### Общие рекомендации

- В незнакомом месте отдыха, особенно с жарким климатом, старайтесь есть только в тех заведениях, где заведомо используются продукты гарантированного качества промышленного производства.
- Пейте только знакомые вам напитки и соки промышленного производства и

гарантированного качества, а также бутилированную или кипячёную воду. Её же рекомендуется использовать для мытья фруктов и овощей.

- Купайтесь только в специально отведенных местах, около которых оборудована пляжная зона.

- Во время отдыха следует быть осторожными при контакте с животными, потому что именно они являются источниками многих инфекционных и паразитарных болезней. Не трогайте сами и не разрешайте детям трогать на улице кошек, собак и других животных.

Чтобы избежать теплового удара необходимо:

- носить одежду из лёгких и натуральных тканей;

- носить летний головной убор;

- смазывать открытые участки кожи кремом с UV-фильтром;

- увеличить количество потребления жидкости;

- ограничить приём алкогольных напитков.

Справочно:

Роспотребнадзор просит обратить внимание, что с 1 августа 2020 г. возобновляется международное авиасообщение с тремя странами — Великобританией (Лондон),

Танзанией (Занзибар), Турцией – с 1 августа 2020 г. Анкарой и Стамбулом, с 10 августа 2020 г. – на курортных направлениях Анталия, Бодрум, Даламан. С учетом санитарно-эпидемиологической ситуации на первом этапе рейсы будут выполняться из международных аэропортов Москвы, Московской области, Санкт-Петербурга и Ростова-на-Дону.

В отношении граждан, прибывающих из указанных государств, отменяется двухнедельный карантин по прилету в Российскую Федерацию. Иностранцы должны иметь при себе результаты лабораторного исследования на COVID-19 методом ПЦР, которые получены не более чем за три дня до прибытия в Российскую Федерацию и, при наличии, медицинские документы, подтверждающие выявление антител иммуноглобулина G.

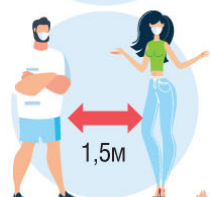
Гражданам Российской Федерации, возвращающимся из указанных государств, в течение трех календарных дней со дня прибытия на территорию Российской Федерации необходимо пройти обследование на новую коронавирусную инфекцию методом ПЦР.

## СТОП COVID-19

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ТУРИСТОВ



Ознакомьтесь с эпидемиологической обстановкой в стране, которую вы планируете посетить



Ознакомьтесь с требованиями, предъявляемыми для въезжающих

Соблюдайте меры социального дистанцирования



Избегайте аренды частных домовладений и хостелов

Принимайте пищу в номере или на открытом пространстве



Исключите блюда из мяса диких животных

Не употребляйте пищу или напитки из чужой или грязной посуды

### ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

- Старайтесь есть только в тех заведениях, где заведомо используются продукты гарантированного качества промышленного производства.
- Пейте только знакомые вам напитки и соки промышленного производства и гарантированного качества, а также бутилированную или кипячёную воду. Её же рекомендуется использовать для мытья фруктов и овощей.



Старайтесь предп...  
обществ

Соблюдайте прави

Нет возмож...  
используйте ант...  
которых не

Старайтесь не...  
рука

Во всех об...  
использу...  
Запас

При по...  
заболе...  
незамедл

- Купайтесь только в специально отведенных местах, около которых оборудована пляжная зона.
- Во время отдыха следует быть осторожными при контакте с животными. Не трогайте сами и не разрешайте детям трогать на улице кошек, собак и других животных.

- Чтобы избеж...
- носить оде
  - носить лет
  - смазывать
  - UV-фильтро
  - увеличить
  - ограничить

сфера защиты подготавливает материалы в Федеральной службы по надзору в