

## Путешествия во время «COVID-19»

- На время путешествия оформите дополнительную медицинскую страховку, покрывающую лечение Covid-19.
- Перед и после поездки пройдите тестирование на коронавирусную инфекцию. Возьмите справку с собой в поездку. Обратите внимание, что для посещения большинства санаториев справка обязательна.
- Запаситесь индивидуальными средствами защиты — медицинские маски или респираторы, одноразовые перчатки.
- Возьмите с собой влажные спиртовые салфетки, санитайзеры для рук с содержанием спирта не менее 60%, при необходимости — мыло.
- И аптечку с самыми необходимыми лекарствами — проконсультируйтесь с врачом.

Будьте внимательны к своему здоровью. Если почувствуете себя неважно — отмените поездку и обратитесь к врачу.

### Как не заразиться COVID-19 в транспорте, отелях и общественных местах?

#### В самолетах, поездах, автобусах и круизных судах

- Используйте индивидуальные средства защиты. Помните, что одноразовые медицинские маски нужно менять каждые 2-3 часа.
- Не прикасайтесь к предметам без перчаток. При необходимости пользуйтесь санитайзером для рук.
- Как можно чаще мойте руки с мылом в течение минимум 20 секунд.
- Постарайтесь минимизировать время, проведенное в аэропортах или на вокзалах — например, заранее пройдите онлайн-регистрацию на рейс.
- Протирайте ручки дверей, столики и другие предметы, к которым вы прикасаетесь.
- Дезинфицируйте вещи, которые всегда носите с собой — например, телефон.

#### В отелях

- Носите средства индивидуальной защиты — маски и перчатки. Не забывайте менять медицинские маски каждые 2-3 часа и соблюдать социальную дистанцию в общественных зонах.
- Следуйте рекомендациям персонала — они подскажут, как обезопасить себя во время пребывания в отеле.
- Как можно чаще проветривайте свой номер.

#### В общественных местах

- Держитесь от других людей на расстоянии не менее 1,5 м.
- Не забывайте про средства индивидуальной защиты и чаще мойте руки с мылом.
- Откажитесь от объятий и рукопожатий.
- Заранее покупайте билеты в музеи, театры и на выставки онлайн, чтобы не стоять в очередях в кассу.
- В ресторанах, барах и кафе при выборе столика также старайтесь соблюдать социальную дистанцию.
- Используйте бесконтактную оплату.

### Актуальные новости и обстановка в регионах

Не забывайте, что у каждого региона могут быть свои ограничения для туристов в связи с эпидемией. Актуальную информацию, посмотреть ее можно здесь - <https://russia.travel/>