

# Как вести себя на нерабочей неделе

## Нельзя

Ходить на шашлыки, в торговые центры и другие людные места, в гости

Контактировать с группой риска: пенсионерами, людьми с хроническими заболеваниями

Поддаваться панике, принимать лекарства с недоказанной эффективностью для профилактики

## Можно

Посидеть дома, не выходить без необходимости

Уехать на дачу, если это сократит число социальных контактов

Заняться самообразованием: читать книги, смотреть фильмы, театральные постановки, использовать временно бесплатные ресурсы