

# ГРИПП

## КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И ДРУГИХ



ПРИКРЫВАЙ НОС И РОТ ОДНОРАЗОВЫМИ САЛФЕТКАМИ, КОГДА КАШЛЯЕШЬ ИЛИ ЧИХАЕШЬ

НЕМЕДЛЕННО ВЫБРАСЫВАЙ ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ САЛФЕТКИ



РЕГУЛЯРНО МОЙ РУКИ С МЫЛОМ

ЕСЛИ У ТЕБЯ СИМПТОМЫ, ПОХОЖИЕ НА СИМПТОМЫ ГРИППА, НЕМЕДЛЕННО ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ



ЕСЛИ У ТЕБЯ СИМПТОМЫ, ПОХОЖИЕ НА СИМПТОМЫ ГРИППА, НЕ ПРИБЛИЖАЙСЯ К ДРУГИМ ЛЮДЯМ БЛИЖЕ, ЧЕМ НА 1 МЕТР

ЕСЛИ У ТЕБЯ СИМПТОМЫ, ПОХОЖИЕ НА СИМПТОМЫ ГРИППА, ОСТАВАЙСЯ ДОМА. НЕ ХОДИ НА РАБОТУ, В ШКОЛУ, НЕ ПОСЕЩАЙ ОБЩЕСТВЕННЫЕ МЕСТА



ИЗБЕГАЙ ОБЪЯТИЙ, ПОЦЕЛУЕВ И РУКОПОЖАТИЙ ПРИ ВСТРЕЧАХ

НЕ ТРОГАЙ ГЛАЗА, НОС ИЛИ РОТ НЕМЫТЫМИ РУКАМИ

