



Оставайтесь дома, если Вы заболели!

Не ходите на работу. Не водите детей в школу, ДДУ при симптомах ОРВИ и гриппа



# ОРВИ ГРИПП ПРОФИЛАКТИКА

Регулярно проветривайте помещение



Избегайте мест массового скопления людей!



Не трогайте лицо немытыми руками!



Регулярно мойте руки!

Прикрывайте нос и рот одноразовыми салфетками, когда кашляете или чихаете

Не занимайтесь самолечением! При первых симптомах болезни, обратитесь к врачу!



Избегайте объятий, поцелуев, рукопожатий!



Немедленно выбрасывайте использованные салфетки

Больной! Надевай маску для защиты здоровых

