

ГРИПП

Как защитить себя и других



**Прикрывай рот
и нос, когда
кашляешь или
чихаешь**



**Если у тебя
симптомы
гриппа,
оставайся дома,
не выходи на
улицу, не
посещай
общественные
места**



**Регулярно мой
руки с мылом**



**Не трогай
глаза, нос и рот
немытыми
руками**



**Если у тебя
симптомы
гриппа, не
приближайся к
окружающим
более, чем на
1 метр**



**Избегай
объятий,
рукопожатий и
поцелуев при
встрече**



**Немедленно
выбрасывай
использованные
салфетки**



**Если у тебя
симптомы гриппа,
немедленно
обратись к врачу**

