

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		