

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

Часто и тщательно мой
руки



Делай влажную уборку
и проветривай дом



Соблюдай режим дня.
Спи 8-10 часов в сутки



Слушайся маму, делай прививку от гриппа!



Не общайся с
больными людьми



Закаляйся и делай зарядку



[Одевайся по погоде](#)



РАСКРАСЬ КАРТИНКИ

Правильно питайся, ешь
фрукты, овощи (лук, чеснок)



Носи маску в транспорті,
в магазині і других
общественных местах



Ежедневно гуляй на свежем воздухе

