

## Как защитить себя и других от гриппа Памятка для детей и родителей



Прикрывай нос и рот  
одноразовыми салфетками,  
когда кашляешь или чихаешь



Регулярно мой руки с мылом



Если у тебя симптомы,  
похожие на симптомы гриппа,  
не приближайся к другим  
ближе, чем на 1м



Прикрывай нос и рот  
одноразовыми салфетками,  
когда кашляешь или чихаешь



Немедленно выбрасывай  
использованные салфетки



Если у тебя симптомы,  
похожие на симптомы гриппа,  
немедленно обратись к врачу



Оставайся дома, не ходи на  
работу, в школу, детский сад,  
не посещай общественные  
места



Не трогай глаза, нос и рот  
немытыми руками

Подготовила воспитатель МБДОУ ДС №12 «Ёлочка»: Цветкова С.В.