

**Филиал Федерального Бюджетного Учреждения
Здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в
Ростовской области» в Цимлянском районе в связи с
сезонной заболеваемостью гриппом и ОРВИ напоминает**

Грипп

Защити себя и других



Прикрывай нос и рот одноразовыми салфетками, когда кашляешь или чихаешь



Немедленно выбрасывай использованные салфетки



Регулярно мой руки с мылом



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



Если у тебя симптомы, похожие на симптомы гриппа, не приближайся к другим людям ближе чем на один метр



Если у тебя симптомы, похожие на симптомы гриппа, оставайся дома. Не ходи на работу, в школу, не посещай общественные места



Избегай объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах



Не трогай глаза, нос или рот немытыми руками

2016г.