

ВАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПЛАН ПРОФИЛАКТИКИ:



НОСИТЕ МАСКУ



МОЙТЕ РУКИ



ПРАВИЛЬНО ПИТАЙТЕСЬ



**ЗАНИМАЙТЕСЬ
ФИЗКУЛЬТУРОЙ**



ХОРОШО ВЫСЫПАЙТЕСЬ



**ПОЛЬЗУЙТЕСЬ
АНТИСЕПТИКОМ**



**ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ ПРИ
КАШЛЕ, ЧИХАНИИ**



**РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ
ВЛАЖНУЮ УБОРКУ**



**ПРИВИВАЙТЕСЬ
ОТ ГРИППА**

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ДРУГИХ ОРВИ



СИМПТОМЫ

ГОЛОВНАЯ
БОЛЬ

НАСМОРК

ТЕМПЕРАТУРА

БОЛЬ
В ГОРЛЕ

УСТАЛОСТЬ

КАШЕЛЬ

ЛОМОТА

РАССТРОЙСТВА
ПИЩЕВАРЕНИЯ

