



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

## Чтобы сохранить здоровье в сезон подъема заболеваемости гриппом

Регулярно и тщательно  
мойте руки с мылом



Носите марлевую повязку



Высыпайтесь



Сбалансировано питайтесь



Будьте активны



Одевайтесь теплее



В случае появления симптомов заболевания  
обязательно обратитесь к врачу

