

Я-за безопасность

Авторы: команда «Искорки Добра»
Маршалкова Софья, Кондрашова Екатерина



Чего боится грипп?



ЗАКАЛИВАНИЕ



ПРИВИВКА



ВИТАМИН С

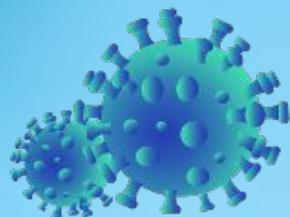


ЗОЖ

ЧИСТОТА



СОЛНЦЕ И СЕЖИЙ ВОЗДУХ





MyShared

КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ

Если ее носить неправильно, риск подхватить инфекцию возрастает



1 Закрепите маску так, чтобы она плотно закрывала рот, нос и подбородок



2 Использованную маску необходимо сразу выбросить в мусорное ведро



3 Не стоит носить маску на свежем воздухе



4 После ухода за больным маску нужно снять и сразу выбросить, не надевайте ее повторно



5 Если маска стала сырой, то ее нужно немедленно сменить на новую и сухую



6 Меняйте маску каждые 2-4 часа



7 Надевать маску нужно цветной стороной наружу



8 Не кладите использованную маску в карман или сумку



9 Снимать маску нужно за ушные петельки. Если затронули поверхность, то тщательно помойте руки с мылом

ГДЕ НУЖНО НАДЕВАТЬ МАСКУ



10 При общении с людьми, у которых кашель, чихание или насморк



11 В местах массового скопления людей (в помещении или общественном транспорте)



12 При уходе за больным

Важно! Медицинская маска не может обеспечить полной защиты от заболевания. Чтобы не заразиться, нужно соблюдать и другие профилактические меры.



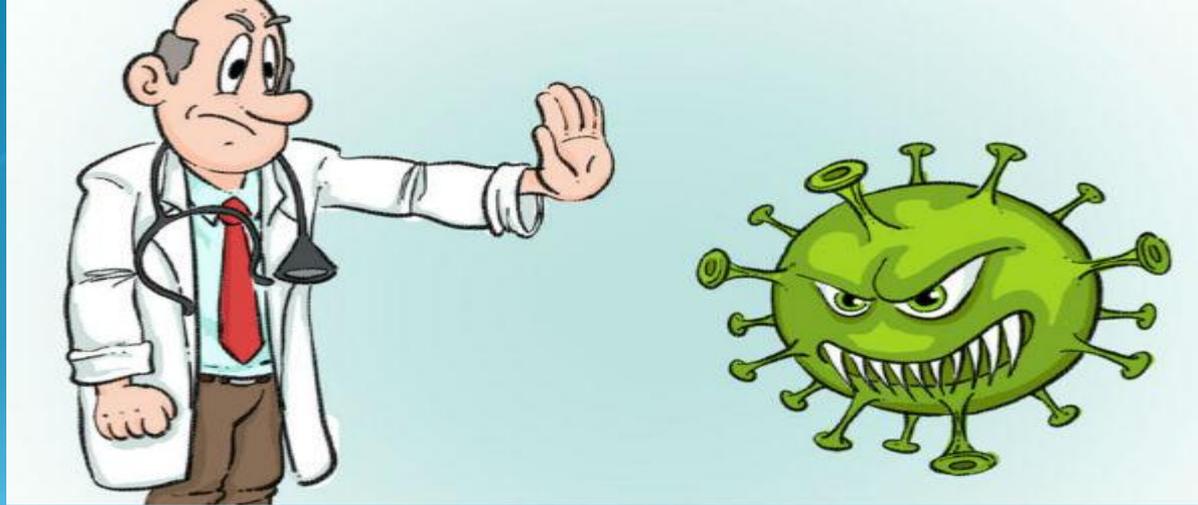
- Чтобы не болеть никогда,
Нужно спорт полюбить навсегда,
Витаминами запасаться
И, конечно же, улыбаться.
Позитивный человек
Проживет счастливый век.





МОЙТЕ РУКИ





- Часто обрабатывайте/мойте руки, используя антисептические средства на спиртовой основе или мыло и воду;
- При кашле и чихании прикрывайте рот и нос рукой или салфеткой - сразу же выбрасывайте использованную салфетку и вымойте руки;
- Избегайте близкого контакта с людьми, у которых имеются признаки жара и кашель;
- Если у вас температура/жар, кашель, затрудненное дыхание, обратитесь за медицинской помощью и сообщите об истории своих перемещений лечебному заведению;



