

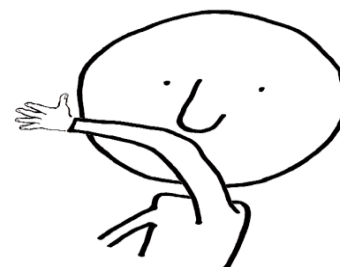
Jak ustrzec się
grypy

Koloniści i obozowicze !



Pamiętajcie, aby :

- unikać bliskiego kontaktu z osobami kaszlącymi, kichającymi
- podczas kichania i kaszlu zakrywać usta i nos chusteczką
- jeżeli nie macie chusteczki zakrywajcie nos i usta rękawem powyżej łokcia
- często myć ręce wodą z mydłem, unikać dotykania rękami oczu, nosa i ust
- jeśli czujecie, że macie gorączkę, kaszel, ból gardła, mięśni i głowy, dreszcze, osłabienie, biegunkę **natychmiast zgłóście wychowawcy!**



Projekt i opracowanie :
Wojewódzka Stacja
Sanitarno - Epidemiologiczna
w Białymstoku

