

**ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ**

**ВИРУСЫ ЕСТЬ ВСЕГДА**

- Вирус очень мал, вы не сможете их увидеть без микроскопа
- Они распространяются воздушно-капельным, контактным, фекально-оральным путями
- Самый короткий период жизни вируса в окружающей среде – 2 часа

**КАК ЕЩЕ МОЖНО ЗАЩИТИТЬСЯ**

- Избегать тесного контакта с людьми, особенно с теми, кто болеет
- Избегать посещения общественных мест, особенно в периоды эпидемий
- Избегать посещения мест скопления людей
- Избегать посещения мест скопления людей
- Избегать посещения мест скопления людей

**СИМПТОМЫ**

- Высокая температура
- Головная боль, слабость
- Заложенность носа, кашель
- Чихание
- Усталость
- Боль в горле
- Заложенность глаз

