

# **5** SPOSOBÓW NA POWSTRZYMANIE EPIDEMII GRYPY

- 1** CZĘSTO MYJ RĘCE
- 2** ZAWSZE UŻYWAJ CHUSTECZEK DO WYCIERANIA NOSA
- 3** WYRZUCAJ ZUŻYTE CHUSTECZKI DO ŚMIECI
- 4** JEŚLI NIE MASZ CHUSTECZKI,  
ZASŁANIAJ USTA I NOS
- 5** ZOSTAŃ W DOMU, GDY ŹLE SIĘ CZUJESZ

