



# Mamo, Tato!

Jak ustrzec się  
**GRYPY ?**

**Jeśli chcesz  
abym był zdrowy:**

- ➔ nie zabieraj mnie do znajomych, którzy są przeziębieni,
- ➔ zadbaj o to, abym zawsze miał przy sobie chusteczkę do nosa i zakrywał nos i usta przy kichaniu, a gdybym jej nie miał naucz mnie jak zakrywać nos i usta rękawem powyżej łokcia,



- ➔ pamiętaj: abym często mył ręce wodą z mydłem, unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust,
- ➔ jeżeli kicham, kaszlę pozostaw mnie w domu i wezwij lekarza.

