

## *Дорогие родители!*

**МЫ ВСЕ БЕСПОКОИМСЯ О ЗДОРОВЬЕ СВОИХ ДЕТЕЙ,  
ОСОБЕННО В СЕЗОН ПРОСТУДЫ И ГРИППА.**

**Единственная адекватная мера профилактики гриппа – это вакцинация.**

**Отсутствие прививки, при заболевании гриппом, может привести к ряду опасных осложнений, способных негативно повлиять на здоровье вашего ребенка: пневмония, отит, нарушение функций сердечно-сосудистой, центральной нервной систем.**

Если ребенок не прививался от гриппа ранее (в возрасте до 3 лет), необходимо привиться от гриппа двукратно. Прививку против гриппа можно поставить в прививочном кабинете поликлиники по месту жительства после предварительного осмотра педиатром.

**КРОМЕ ПРИВИВКИ, НЕОБХОДИМО ФОРМИРОВАТЬ ИММУНИТЕТ,  
ЧТОБЫ БЫТЬ МЕНЕЕ ПОДВЕРЖЕННЫМ БОЛЕЗНЯМ. КАК?**

- Правильно и разнообразно питаться. Употреблять больше овощей и фруктов, пить морсы из замороженных ягод.
- Проводить закаливающие процедуры.
- Обязательно заниматься каким-либо видом физической активности (хорошо закаливает организм плаванье).
- Больше времени проводить на свежем воздухе.

При появлении первых признаков заболевания: высокая температура, кашель, боль в горле, ломота в теле, головная боль, озноб, слабость, потеря аппетита, Вам необходимо обратиться к врачу либо вызвать врача на дом. Рекомендуем вам оставаться дома и избегать контактов с другими людьми, чтобы не заразить их.

**При контакте с больным человеком, с признаками ОРВИ, используйте маску (как это сделать правильно можно ознакомиться на сайте профилактика.ру). Во время подъема заболеваемости в городе старайтесь не посещать места массового скопления людей.**

**И ПУСТЬ ЗИМА ДЛЯ ВАШЕЙ СЕМЬИ БУДЕТ ЗДОРОВОЙ!**

Более подробная информация на сайте

**[profilaktica.ru](http://profilaktica.ru)**

**ЕКАТ  
ЕРИН  
БУРГ**



Администрация г. Екатеринбурга

**УПРАВЛЕНИЕ  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ**



# ПРИВЕТ, ДОРОГОЙ ДРУГ!



МЕНЯ ЗОВУТ СНЕЖОК!

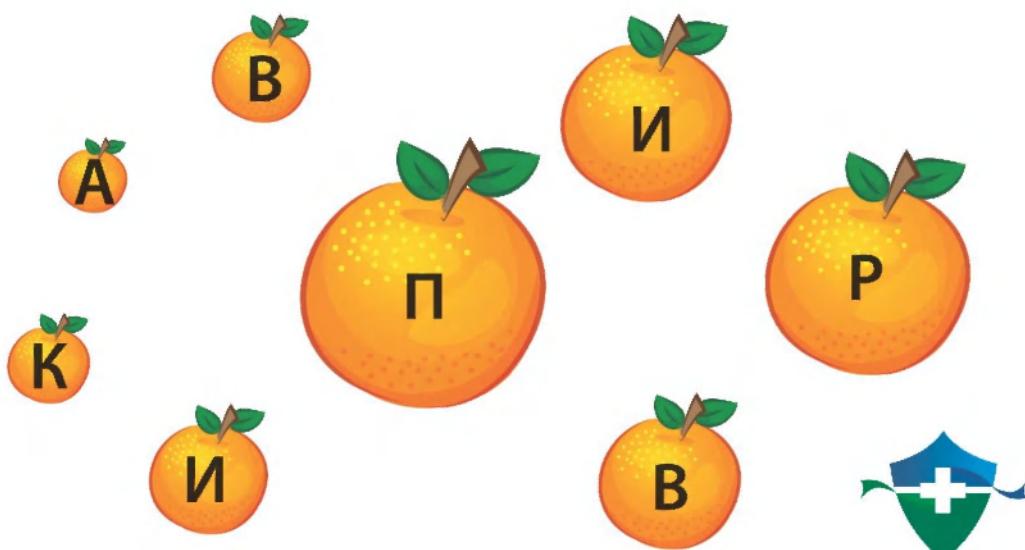
Я очень люблю играть, и совсем  
не люблю болеть!

Скоро зима, в холодное время года  
многие болеют гриппом.

Но только не я!

Хочешь расскажу, как я не болею?  
ДАВАЙ ПОИГРАЕМ!

Здесь я спрятал слово, найдя которое ты узнаешь самое  
волшебное средство, которое защитит тебя от гриппа!



ПРИВИВКА  
ЛУЧШАЯ  
ЗАЩИТА

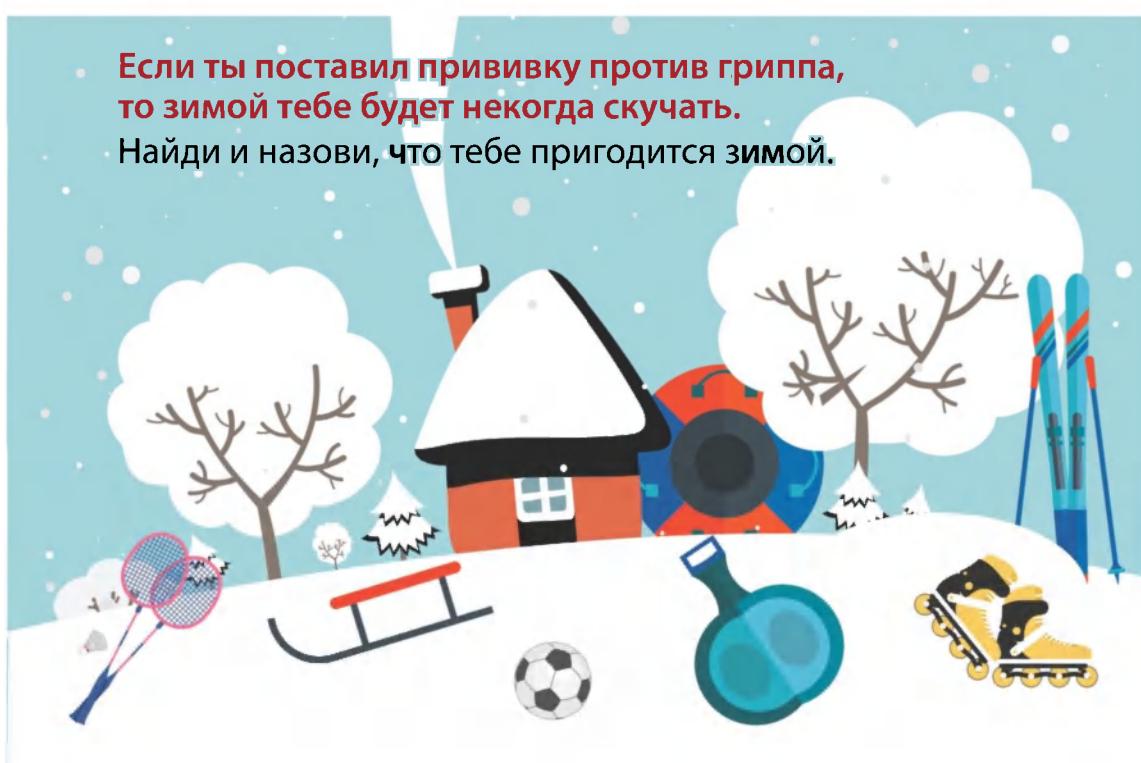
**В холодное время года обязательно надевай  
шапку, шарф и варежки, тогда ты не простынешь  
и не заболеешь!**

Найди пару. Соедини и раскрась.



**• Если ты поставил прививку против гриппа,  
то зимой тебе будет некогда скучать.**

Найди и назови, что тебе пригодится зимой.





Сейчас я познакомлю тебя с моей лучшей подружкой — витаминкой С! Она очень полезная. Если ты будешь ее кушать, то болезни будут тебе не страшны!

Найди и покажи, где живет витаминка С.



Когда все вокруг  
болеют — лучше  
надеть маску.  
Мы с друзьями  
решили поиграть  
в маскарад.

Отгадай, кто  
спрятался за маской.



**Лучшее детям**



## **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ, ВЫ В ОТВЕТЕ ЗА ЗДОРОВЬЕ ВАШИХ ДЕТЕЙ!**

Зашитить своего ребенка от ряда инфекционных заболеваний  
можно только путем проведения вакцинации.

**ВАКЦИНАЦИЯ НЕОБХОДИМА ВАШЕМУ РЕБЕНКУ, ТАК КАК:**

- прививка защищает организм от опасных болезней, способных вызвать тяжелые осложнения;
- прививка - это безопасно и безболезненно;
- прививка дешевле лечения;
- массовая вакцинация предотвращает эпидемию.

**отказываясь  
от вакцинации,  
вы подвергаете  
ребенка риску  
опасных  
заболеваний**

Проводить вакцинацию необходимо в соответствии с национальным  
и региональным календарями профилактических прививок Свердловской области.

Достоверная информация о вакцинации от ведущих экспертов на сайте

**[www.profilaktica.ru](http://www.profilaktica.ru)**



**ЕКАТ  
ЕРИН  
БУРГ**



Администрация Екатеринбурга  
**УПРАВЛЕНИЕ  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ**

