

**ПРИВЕТ! СЕГОДНЯ – ВАЖНЫЙ ДЕНЬ!
ТЫ ДЕРЖИШЬ В РУКАХ БРОШЮРУ, КОТОРАЯ
РАССКАЖЕТ ТЕБЕ ЧТО-ТО НОВОЕ И ОЧЕНЬ ВАЖНОЕ
ПРО ТЕБЯ И ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ!**

ИТАК, У КАЖДОГО ИЗ НАС ЕСТЬ АРМИЯ НЕВИДИМЫХ СОЛДАТ.

**КАЖДЫЙ ДЕНЬ ОНИ СТОЯТ НА СТРАЖЕ НАШЕГО
ЗДОРОВЬЯ И ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ.**

**ДОКТОРА НАЗВАЛИ ЭТУ АРМИЮ ИММУННОЙ СИСТЕМОЙ
ЧЕЛОВЕКА, А ЕЕ РАБОТУ ВНУТРИ ОРГАНИЗМА –
ИММУНИТЕТОМ (ТЫ НАВЕРНЯКА СЛЫШАЛ ЭТО СЛОВО).**

**ВСЕГДА, ДАЖЕ КОГДА ТЫ СПИШЬ, ТВОЯ ИММУННАЯ
СИСТЕМА ПРИНИМАЕТ НА СЕБЯ ВРАЖЕСКИЕ
УДАРЫ ВИРУСОВ. ОНА НЕ ДАЕТ ВРАГАМ ЗАХВАТИТЬ
ОРГАНИЗМ И СОХРАНЯЕТ ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ.
НО ТАК БЫВАЕТ НЕ ВСЕГДА.**



**УСТАНОВИ ПРИЛОЖЕНИЕ
AURASMA**

ЗАРЕГИСТРИРУЙСЯ И ПОДПИШИСЬ НА АКАУНТ AIDS CENTER



ИММУННЫЕ КЛЕТКИ

ВСЕ НА СВЕТЕ ОДНАЖДЫ ВСТРЕЧАЛИСЬ С ВИРУСАМИ.

ВИРУС – ЭТО ОЧЕНЬ МАЛЕНЬКИЙ И НЕВИДИМЫЙ ОРГАНИЗМ, КОТОРЫЙ ЖИВЕТ ВНУТРИ ОРГАНИЗМОВ ПОБОЛЬШЕ – НАПРИМЕР, ОЧЕНЬ ЛЮБИТ ЖИТЬ В ЧЕЛОВЕКЕ. ВИРУСЫ, ПОПАДАЯ ВНУТРЬ ЧЕЛОВЕКА, ВЫЗЫВАЮТ БОЛЕЗНИ. А БОЛЕТЬ – ЭТО ПЛОХО.

ВИРУСЫ ПЕРЕДАЮТСЯ ОТ ЧЕЛОВЕКА К ЧЕЛОВЕКУ. ТЫ НАВЕРНЯКА ПОМНИШЬ, КАК ВЕСЬ КЛАСС БОЛЕЛ ГРИППОМ? ЭТО КАК РАЗ ПОТОМУ, ЧТО ВИРУС ГРИППА ПЕРЕДАВАЛСЯ ДРУГ ОТ ДРУГА.

ЕСТЬ НЕ ТОЛЬКО ВИРУС ГРИППА – ВИРУСОВ ОЧЕНЬ МНОГО. ВОТ, НАПРИМЕР, ВИРУС КРАСНУХИ, А РЯДОМ – ВИРУС ВЕТРЯНКИ. ОНИ ВЕСЕЛО ВЫГЛЯДЯТ, НО ВСЕ-ТАКИ ОЧЕНЬ ЗЛЫЕ И ХОТЯТ ТЕБЕ НАВРЕДИТЬ.



**ЧТОБЫ НЕ БОЛЕТЬ, НУЖНО ПОМОГАТЬ
СВОЕЙ ИММУННОЙ СИСТЕМЕ В ЕЕ
ЕЖЕДНЕВНОЙ БОРЬБЕ.**

**ДЛЯ ЭТОГО ТЕБЕ НУЖНО
СОБЛЮДАТЬ ЛИЧНУЮ ГИГИЕНУ.**

**ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА – ЭТО НЕСКОЛЬКО
ПРОСТЫХ ЕЖЕДНЕВНЫХ ПРАВИЛ
ПОВЕДЕНИЯ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ТЕБЕ
СОДЕРЖАТЬ ТЕЛО, ВОЛОСЫ, КОЖУ, ЗУБЫ И
НОГТИ ВСЕГДА ЗДОРОВЫМИ.**

**ВИРУСЫ ПЕРЕДАЮТСЯ ОТ ЧЕЛОВЕКА К
ЧЕЛОВЕКУ, И ЧАЩЕ ЗАБОЛЕВАЕТ ТОТ, ЧЬЕ
ЗДОРОВЬЕ СЛАБЕЕ. ИМЕННО ПОЭТОМУ
ТАК ВАЖНА ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА - ОНА
ДЕЛАЕТ ТВОЮ ИММУННУЮ СИСТЕМУ
СИЛЬНЕЕ!**



**НАВЕДИ
ТЕЛЕФОН**

3D МОДЕЛЬ



2.



3.



1.



ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ:

1. МОЙ РУКИ ПЕРЕД ЕДОЙ И ВСЕГДА ПОСЛЕ ПРОГУЛКИ
2. ЧИСТИ ЗУБЫ И УМЫВАЙСЯ УТРОМ И ВЕЧЕРОМ
3. ВСЕГДА ПОЛЬЗУЙСЯ ТОЛЬКО СВОИМИ ЗУБНОЙ ЩЕТКОЙ, ПОЛОТЕНЦЕМ, РАСЧЕСКОЙ, МОЧАЛКОЙ, МАНИКЮРНЫМИ НОЖНИЦАМИ И ПИЛОЧКОЙ ДЛЯ НОГТЕЙ

4. РЕГУЛЯРНО ПРИНИМАЙ ДУШ И МОЙ ГОЛОВУ
5. СОДЕРЖИ РУКИ И НОГИ В ЧИСТОТЕ, ПОДСТРИГАЙ ВОВРЕМЯ НОГТИ
6. СОДЕРЖИ В ЧИСТОТЕ НОС И УШИ
7. НОСИ ЧИСТУЮ ОДЕЖДУ И ОДЕВАЙСЯ ПО ПОГОДЕ
8. ПЕРЕД ЕДОЙ ВСЕГДА МОЙ ФРУКТЫ, ОВОЩИ И ЯГОДЫ
9. ЗАНИМАЙСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ - ЗАКАЛЯЙСЯ!
10. ПРАВИЛЬНО ПИТАЙСЯ

4.



9.



8.



**ОЧЕНЬ ВАЖНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ТОЛЬКО СВОИМИ ПРЕДМЕТАМИ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ!
ЕЩЕ РАЗ ПОСМОТРИ ТРЕТЬЕ ПРАВИЛО И ЗАПОМНИ ЕГО ХОРОШЕНЬКО!**

**ПОЛЬЗУЙСЯ ТОЛЬКО СВОИМИ РАСЧЕСКОЙ, ЗУБНОЙ ЩЕТКОЙ И ДРУГИМИ
ПРЕДМЕТАМИ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ. НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ БЕРИ ЧУЖИЕ.**

**А ЕЩЕ ПОМНИ
ЧЕТКО –
НЕЛЬЗЯ БРАТЬ
В РУКИ ШПРИЦЫ
И ИГОЛКИ, КОТОРЫЕ
ТЫ НАШЕЛ!
ТЫ МОЖЕШЬ
НЕЧАЯННО УКОЛОТЬСЯ
И ЗАРАЗИТЬСЯ
ВИРУСОМ.
ЛУЧШЕ ОБОЙТИ
СТОРОНОЙ
ТАКИЕ НАХОДКИ.**

ВИТЯ

МОЕ

МИША



ДРУЖИЩЕ!

**ЕЖЕДНЕВНОЕ СОБЛЮДЕНИЕ ПРАВИЛ
ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ ПОМОЖЕТ ТЕБЕ БЫТЬ
ЗДОРОВЫМ! НО НЕ ТОЛЬКО.**

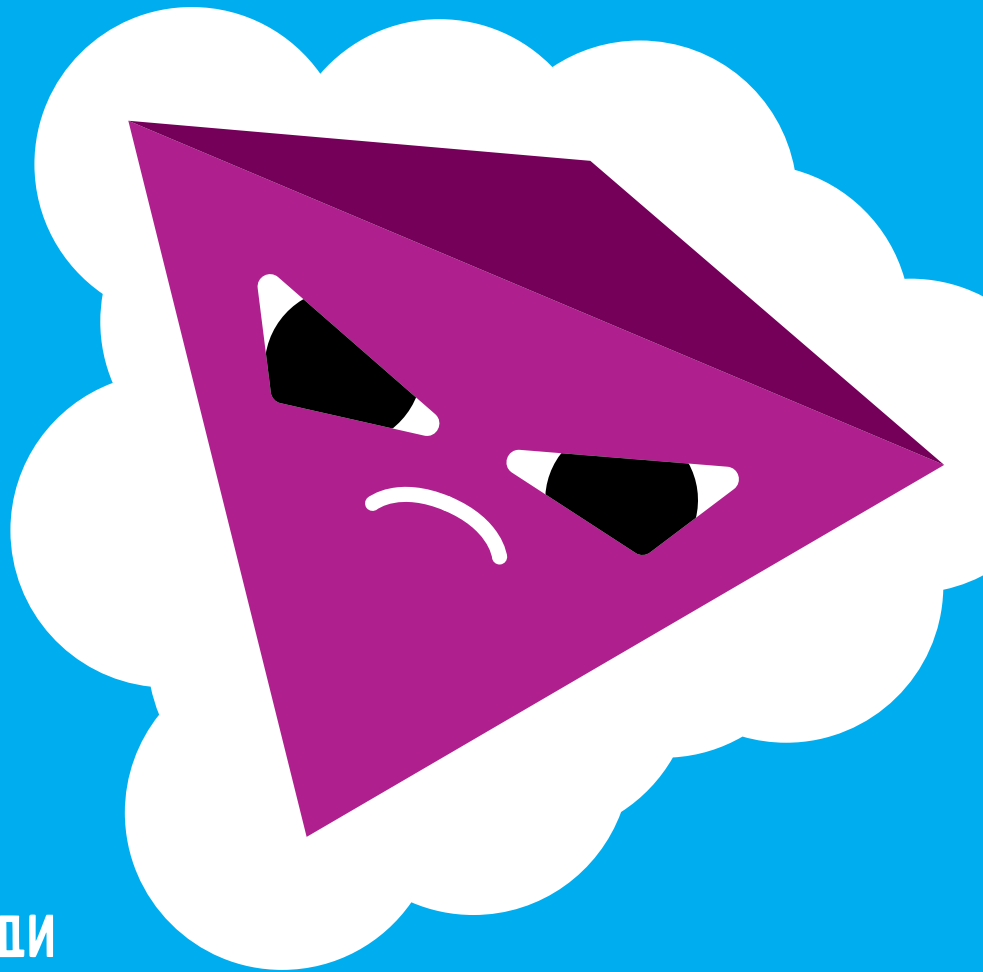
**У ТЕБЯ БУДЕТ ОПРЯТНЫЙ ВИД.
ТЫ ЗАМЕТИШЬ, КАК ВСЕ СТАНУТ
ПРИВЕТЛИВБЕЕ К ТЕБЕ ОТНОСИТЬСЯ,
А ДРУЗЕЙ СТАНЕТ БОЛЬШЕ!**

**СОБЛЮДЕНИЕ ЭТИХ ПРОСТЫХ ПРАВИЛ
ПОМОЖЕТ ТЕБЕ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ
И ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ МНОГИХ ОПАСНЫХ
ВИРУСОВ, В ТОМ ЧИСЛЕ И ОТ ВИРУСА
ИММУНОДЕФИЦИТА ЧЕЛОВЕКА (ВИЧ).**



ВИЧ
В – ВИРУС,
И – ИММУНОДЕФИЦИТА,
Ч – ЧЕЛОВЕКА,
КАК ЕГО НАЗЫВАЮТ
УЧЕНЫЕ ДОКТОРА
– ЭТО ТОЖЕ ВИРУС.

ВИЧ, КАК И ЕГО
СОБРАТЬЯ ВИРУСЫ,
ЖИВЕТ В ЧЕЛОВЕКЕ
И ПЕРЕДАЕТСЯ ОТ ОДНОГО
ЧЕЛОВЕКА ДРУГОМУ.



НАВЕДИ
ТЕЛЕФОН

3D МОДЕЛЬ

**ВИЧ ПОПАДАЕТ В ОРГАНИЗМ И РАЗРУШАЕТ
ИММУННУЮ СИСТЕМУ ЧЕЛОВЕКА.**

**ОН ДЕЛАЕТ ЭТО НЕЗАМЕТНО. ПОЭТОМУ НЕЛЬЗЯ ОПРЕДЕЛИТЬ
ПО ВНЕШНЕМУ ВИДУ, БОЛЕН ЧЕЛОВЕК ИЛИ НЕТ,
ДА И САМ ОН МОЖЕТ НЕ ЗНАТЬ ОБ ЭТОМ.**

**ОПРЕДЕЛИТЬ ЭТО МОЖНО ТОЛЬКО СДЕЛАВ
СПЕЦИАЛЬНЫЙ АНАЛИЗ В СПИД-ЦЕНТРЕ.**

**И ПУСТЬ ВИЧ – ОЧЕНЬ ОПАСНЫЙ ВИРУС, НО СУЩЕСТВУЮТ
ЛЕКАРСТВА, КОТОРЫЕ НЕ ДАЮТ ЕМУ РАЗМНОЖАТЬСЯ.**

**ЗАБОТЬСЯ О СВОЕМ
ОРГАНИЗМЕ И БУДЕШЬ ЗДОРОВ!**

**А ЕСЛИ У ТЕБЯ ВОЗНИКЛИ ВОПРОСЫ, И ТЫ ХОЧЕШЬ
УЗНАТЬ БОЛЬШЕ, ЗАЙДИ НА САЙТ СПИД-ЦЕНТРА**

WWW.ANTISPIDNN.RU

ИЛИ ПОЗВОНИ ПО ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ

436 36 91

**В ЦЕНТРЕ СПИДА РАБОТАЮТ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ВСЕГДА
ТЕБЯ ПОЙМУТ И ПОМОГУТ!**

