

ZARAZITI SE LAKO, A ŠTITITI SE MOŽE SVATKO!

III. gimnazija, Split

Napravili: Josip Ružić, Antonia Kačunić

Mentor: Vesna Dobronić, prof.

ČESTO I TEMELJITO PERITE RUKE

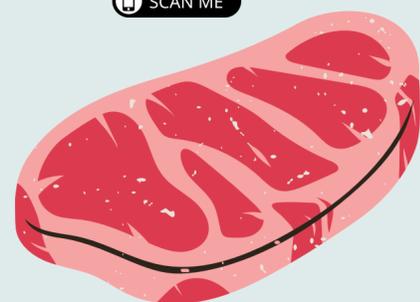
Ruke obavezno perite prije jela i poslije obavljanja nužde.



SCAN ME

NE JEDITE TERMIČKI NEOBRAĐENO MESO I JAJA

Nedovoljnom termičkom obradom mesa i jaja u tijelo možemo unijeti viruse i bakterije.



SCAN ME

KIŠITE I KAŠLJITE U LAKAT

Kihanjem i kašljanjem u lakat smanjujemo mogućnost širenja zaraze.



SCAN ME



KORISTITE KONTRACENCIJSKA SREDSTVA

Važno je koristiti muške i ženske prezervative koji sprječavaju širenje spolno prenosivih bolesti.

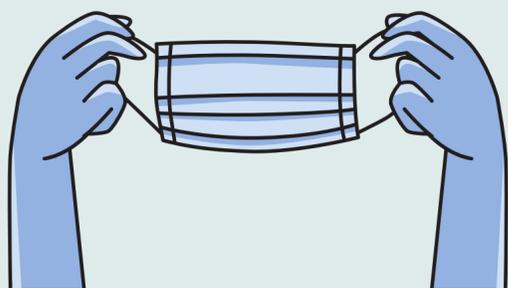


SCAN ME



NOSITE MASKE

Kod zaraznih bolesti koje se prenose kapljičnim putem, nošenje maske je jedan od načina sprječavanja zaraze.



SCAN ME

OPREZNO BORAVITE U PRIRODI

U periodu od travnja do listopada oprezno boravite u prirodi zbog opasnosti od uboda krpelja ili drugih nametnika.



SCAN ME

CIJEPITE SE

Jedan je od najefikasnijih načina sprječavanja zaraznih bolesti cijepljenje.



SCAN ME

BAVITE SE FIZIČKOM AKTIVNOŠĆU I PAZITE NA PREHRANU

Fizičkom aktivnošću i pravilnom prehranom jačamo imunološki sustav.



SCAN ME

LITERATURA: www.plivazdravlje.hr

<https://bfm.hr>

<http://www.msdr-prirucnici.placebo.hr>