

ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕТСКИЙ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ КОНКУРС

ДЕТСКИЙ
Цитовир-3
МАМИН ПОМОЩНИК
В БОРЬБЕ С ОРВИ!

Мальчиш
ПРОТИВ
простуды
и гриппа

ОРГАНИЗАТОР:

 **ЦИТОМЕД**

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ:

РОСПОТРЕБНАДЗОР

2024



Youtube-
канал



Группа
конкурса

ПРИВЕТ, РЕБЯТА!
Я ВИТЯ. ПРИГЛАШАЮ
ВАС ОТПРАВИТЬСЯ В
ИНТЕРЕСНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ,
В КОРОЛЕВСТВО
«ЗДРАВЬЕ»

ПРИВЕТ, Я МАША!
И ВЫ УЗНАЕТЕ, ЧТО
ТАКОЕ ВИРУСЫ И
ПРОСТУДА И КАК
ИХ ПОБЕДИТЬ!

А Я
ЦЫПЛЕНОК
ЦИТОВИР!

МЫ – СУПЕР-МАЛЫШИ.

ПУТЕШЕСТВИЕ НАЧИНАЕТСЯ!



СКАЗКА

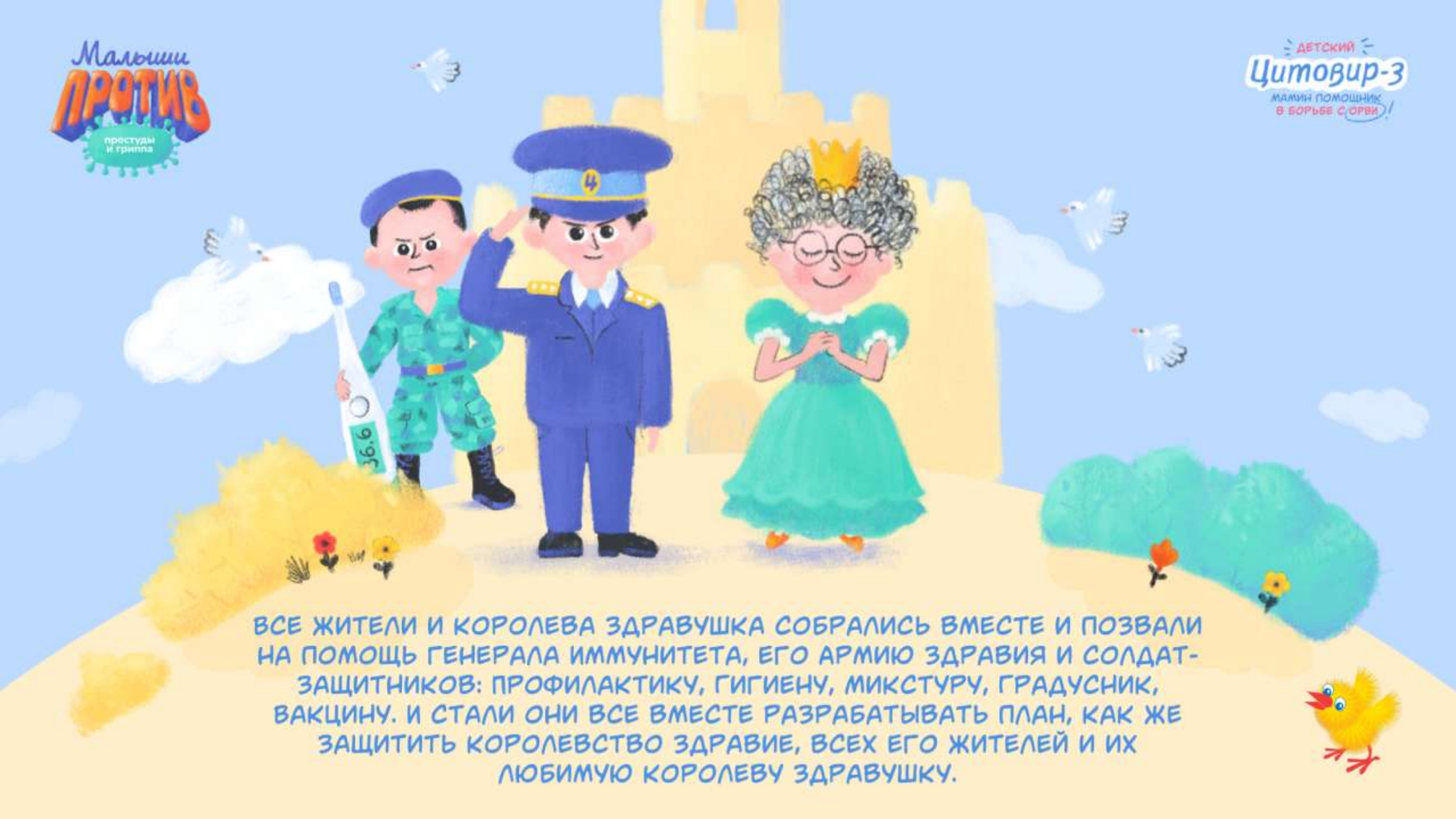
КОРОЛЕВСТВО ЗДРАВЬЕ

В ОДНОМ УДИВИТЕЛЬНОМ КОРОЛЕВСТВЕ, КОТОРОЕ НАЗЫВАЛОСЬ
«ЗДРАВЬЕ», ЖИЛИ ЗДОРОВЫЕ И ВЕСЕЛЫЕ ЖИТЕЛИ - ЗДРАВИКИ.
ОНИ КАЖДЫЙ ДЕНЬ РАБОТАЛИ, ЗАНИМАЛИСЬ СВОИМИ ДЕЛАМИ И
ОЧЕНЬ ЛЮБИЛИ СВОЮ КОРОЛЕВУ ЗДРАВУШКУ, А КОРОЛЕВА
ЗАБОТИЛАСЬ О СВОЕМ КОРОЛЕВСТВЕ И ЕГО ЖИТЕЛЯХ.



ОДНАЖДЫ, ОЧЕНЬ НЕОЖИДАННО, НА ЖИТЕЛЕЙ ЗДРАВЬЯ И НА КОРОЛЕВУ
ЗДРАВУШКУ НАПАЛ ВРАГ, СТРАШНЫЙ И ПРОТИВНЫЙ ГРИППУС-ВИРУС, И
ВСЕМУ КОРОЛЕВСТВУ СТАЛА УГРОЖАТЬ ОПАСНОСТЬ.





ВСЕ ЖИТЕЛИ И КОРОЛЕВА ЗДРАВУШКА СОБРАЛИСЬ ВМЕСТЕ И ПОЗВАЛИ
НА ПОМОЩЬ ГЕНЕРАЛА ИММУНИТЕТА, ЕГО АРМИЮ ЗДРАВЬЯ И СОЛДАТ-
ЗАЩИТНИКОВ: ПРОФИЛАКТИКУ, ГИГИЕНУ, МИКСТУРУ, ГРАДУСНИК,
ВАКЦИНУ. И СТАЛИ ОНИ ВСЕ ВМЕСТЕ РАЗРАБАТЫВАТЬ ПЛАН, КАК ЖЕ
ЗАЩИТИТЬ КОРОЛЕВСТВО ЗДРАВЬЕ, ВСЕХ ЕГО ЖИТЕЛЕЙ И ИХ
ЛЮБИМУЮ КОРОЛЕВУ ЗДРАВУШКУ.



ПЕРВЫМ ДЕЛОМ ГЕНЕРАЛ
ИММУНИТЕТ ПРЕДЛОЖИЛ
РАЗОБРАТЬСЯ, КТО ЖЕ ЭТО ТАКОЙ,
ЭТОТ ГРИППУС-ВИРУС, КАК С НИМ
БОРОТЬСЯ И КАК ОТ НЕГО
ЗАЩИЩАТЬСЯ. ПОТОМУ ЧТО ВРАГА
НУЖНО ЗНАТЬ В ЛИЦО!



ЧТО ЖЕ ТАКОЕ ГРИПП?





**ВЫБРОС ВИРУСОВ ИЗ ПОВРЕЖДЕННЫХ
КЛЕТОК ВЫЗЫВАЕТ ЗАБОЛЕВАНИЕ.**



ВСЕ ЖИТЕЛИ СТАЛИ
СПРАШИВАТЬ, А КАК ЖЕ
ПОНЯТЬ, ЧТО ТЫ
ЗАБОЛЕЛ?

И ТОГДА СОЛДАТ
ГРАДУСНИК ОБЪЯСНИЛ:

СНАЧАЛА
НАДО ИЗМЕРИТЬ
ТЕМПЕРАТУРУ, СПРОСИТЬ,
НЕТ ЛИ У БОЛЬНОГО БОЛИ
В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ,
НЕ ПРОПАЛ ЛИ АППЕТИТ.





КАК ПОНЯТЬ,
ЧТО ТЫ ЗАБОЛЕЛ
ГРИППОМ?

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ТЫ ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ?



РЕЗКО
ПОДНИМАЕТСЯ
ТЕМПЕРАТУРА,
ЗНОБИТ



ПОЯВЛЯЕТСЯ
СЛАБОСТЬ, ТОШНИТ,
НЕТ АППЕТИТА



БОЛИТ
ГОЛОВА И
ГЛАЗА



КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ТЫ ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ?



**БОЛЯТ МЫШЦЫ
И СУСТАВЫ**
(ЭТО НАЗЫВАЮТ
ЛОМОТОЙ В ТЕЛЕ)



**НОС ЗАЛОЖЕН,
ПОЯВИЛСЯ НАСМОРК**



ЗАБОЛЕЛО ГОРЛО
(ИЛИ ПЕРШИТ В ГОРЛЕ)
**НАЧАЛСЯ СУХОЙ
КАШЕЛЬ**





КОГДА ВСЕ ЖИТЕЛИ КОРОЛЕВСТВА ЗДРАВЬЕ РАЗОБРАЛИСЬ, КТО ЖЕ ТАКОЙ ЭТОТ ГРИППУС-ВИРУС И КАК ОТЛИЧИТЬ БОЛЬНОГО ЧЕЛОВЕКА ОТ ЗДОРОВОГО, ИМ УЖЕ БЫЛО НЕ ТАК СТРАШНО. АРМИЯ ЗДРАВЬЯ И ГЕНЕРАЛ ИММУНИТЕТ ВМЕСТЕ СО СВОИМИ СОЛДАТАМИ-ЗАЩИТНИКАМИ СТАЛИ С НИМ БОРОТЬСЯ.



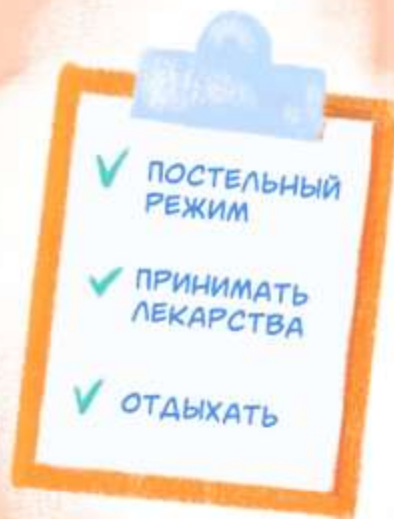
ЧТО ДЕЛАТЬ,
ЕСЛИ ТЫ
ЗАБОЛЕЛ
ГРИППОМ?



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЫ ЗАБОЛЕЛ?



ОСТАТЬСЯ ДОМА
СОБЛЮДАТЬ ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ.
РОДИТЕЛИ ОБЯЗАТЕЛЬНО
ВЫЗОВУТ ВРАЧА



ВЫПОЛНЯТЬ ВСЕ, ЧТО
ГОВОРЯТ РОДИТЕЛИ
И ВРАЧ



ПРИ КАШЛЕ И ЧИХАНИИ
ПРИКРЫВАТЬ РОТ И
НОС САЛФЕКТОЙ



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЫ ЗАБОЛЕЛ?



ВОВРЕМЯ ПРИНИМАТЬ
ЛЕКАРСТВА



ПИТЬ БОЛЬШЕ
ЖИДКОСТИ
(ЧАЙ, МОРС,
МИНЕРАЛЬНАЯ ВОДА)



ПОПРОСИТЬ РОДИТЕЛЕЙ
РЕГУЛЯРНО ПРОВЕТРИВАТЬ
ТВОЮ КОМНАТУ
И МЫТЬ ПОЛ





АРМИЯ ЗДРАВЬЯ ПОБЕДИЛА
ЗЛОБНЫЙ ГРИППУС-ВИРУС!
КОРОЛЕВА ЗДРАВУШКА
И ЕЕ ПОДДАННЫЕ ЛИКУЮТ.

НО ГЕНЕРАЛ ИММУНИТЕТ ДОЛЖЕН БЫЛ
СДЕЛАТЬ ЕЩЕ КОЕ-ЧТО ВАЖНОЕ - НЕ
ДОПУСТИТЬ, ЧТОБЫ ЖИТЕЛИ ЗДРАВЬЯ
СНОВА ПОСТРАДАЛИ ОТ ГРИППУС-
ВИРУСА. И ОН РАССКАЗАЛ ИМ О
ПРОФИЛАКТИКЕ.

УРА!

УРА!





КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ
ОТ ГРИППА?



КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА?

ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА ОТ ГРИППА –
ЭТО ВАКЦИНАЦИЯ (ПРИВИВКА).
ПРИВИВАТЬСЯ МОЖНО И
НУЖНО ВСЕМ!





ВАЖНО ЗНАТЬ:

ПЕРЕД ВАКЦИНАЦИЕЙ ТЕБЯ
ОБЯЗАТЕЛЬНО ДОЛЖЕН
ОСМОТРЕТЬ ДОКТОР!
ПРИВИВКУ МОЖНО ДЕЛАТЬ
ТОЛЬКО ТЕМ, КТО АБСОЛЮТНО
ЗДОРОВ.





ДЕТСКИЙ
Цитовир-3
МАМИН ПОМОШНИК
В БОРЬБЕ С ОРВИ!

A colorful illustration of a young girl with dark hair sitting on an orange wooden bench. She is holding an open book that features a blue virus icon with a red prohibition sign over it. A yellow chick is perched on her right shoulder. The background is a light orange sky with white clouds and three white birds in flight. The ground is a light blue path with green bushes and small flowers on either side. A yellow chick is also on the ground in the bottom right corner.

КАК ЖЕ РАБОТАЕТ
ПРИВИВКА ОТ ГРИППА

КАК ЖЕ РАБОТАЕТ ПРИВИВКА ОТ ГРИППА?

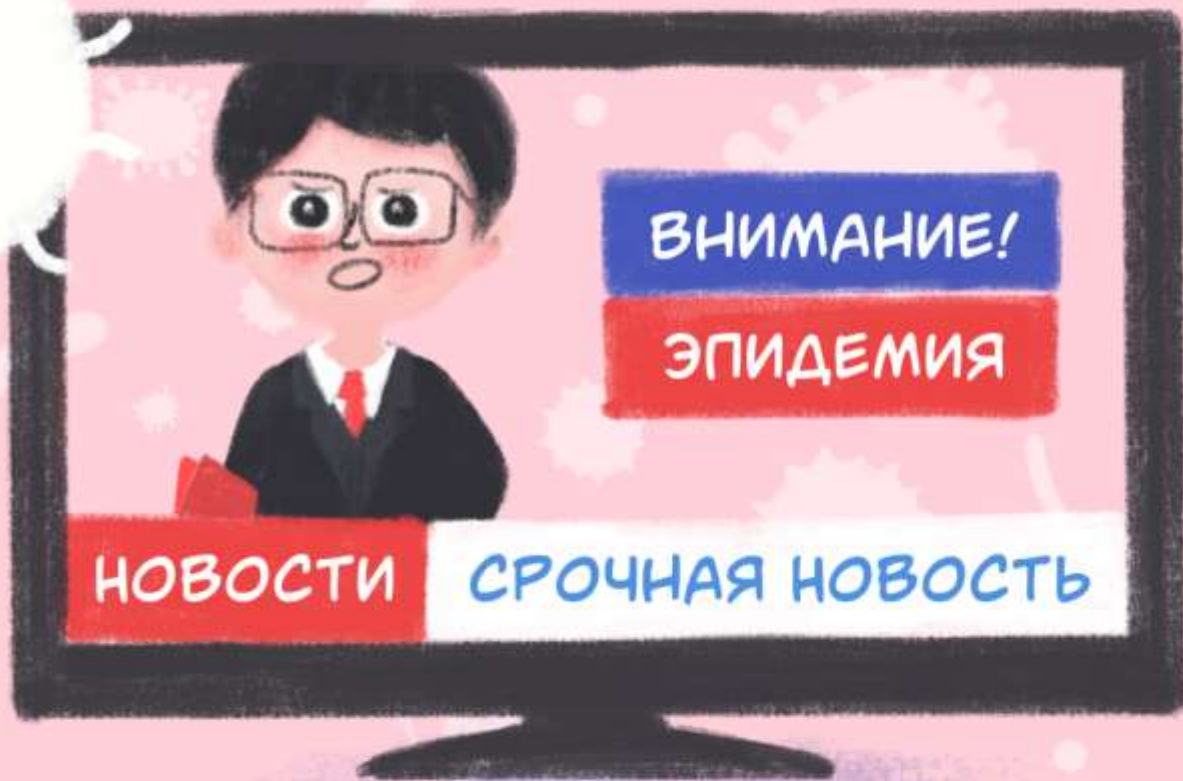


ВАКЦИНА ЗАЩИЩАЕТ ОТ
ТЕХ ВИДОВ ВИРУСА
ГРИППА, КОТОРЫЕ ОПАСНЫ
ИМЕННО В ДАННЫЙ СЕЗОН
ЭПИДЕМИИ.



ЭПИДЕМИЯ –
ЭТО ШИРОКОЕ
РАСПРОСТРАНЕНИЕ
КАКОЙ-ЛИБО
БОЛЕЗНИ.

ЭПИДЕМИЯ ГРИППА
СЛУЧАЕТСЯ ЧАЩЕ
ВСЕГО В ХОЛОДНОЕ
ВРЕМЯ ГОДА.



ВАКЦИНЫ СОСТОЯТ ИЗ ОСЛАБЛЕННЫХ ВИРУСОВ,
КОТОРЫЕ НЕ ИМЕЮТ ДОСТАТОЧНО СИЛЫ,
ЧТОБЫ ВЫЗВАТЬ У ТЕБЯ НАСТОЯЩУЮ БОЛЕЗНЬ.



ЭТО НУЖНО, ЧТОБЫ ОРГАНИЗМ ПОЗНАКОМИЛСЯ
С НОВЫМ ДЛЯ СЕБЯ ВИРУСОМ И НАУЧИЛСЯ
С НИМ БОРОТЬСЯ.



КОГДА В СЛЕДУЮЩИЙ РАЗ
НА ТЕБЯ НАПАДЕТ ТОТ ЖЕ ВИРУС, ОРГАНИЗМ
УЗНАЕТ НЕПРОШЕННОГО ГОСТЯ И СМОЖЕТ ЕГО С
ЛЕГКОСТЬЮ ПОБОРОТЬ.









ПРОФИЛАКТИКА И КАК
УКРЕПИТЬ СВОЙ ИММУНИТЕТ?



ИММУНИТЕТ – ЭТО СИСТЕМА ЗАЩИТЫ ОРГАНИЗМА.

ЧТОБЫ ЭТА СИСТЕМА
РАБОТАЛА БЕЗ СБОЕВ
И ЛЕГКО СМОГЛА
ПРЕДОТВРАТИТЬ БОЛЕЗНЬ,
НУЖНО СОБЛЮДАТЬ
ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА:



ПРОФИЛАКТИКА И КАК УКРЕПИТЬ СВОЙ ИММУНИТЕТ?



ВЫСЫПАТЬСЯ



СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА
ГИГИЕНЫ: МЫТЬ РУКИ
ПЕРЕД ЕДОЙ, РЕГУЛЯРНО
ПРИНИМАТЬ ДУШ



ЕСТЬ МНОГО
ФРУКТОВ
И ОВОЩЕЙ



ПРОФИЛАКТИКА И КАК УКРЕПИТЬ СВОЙ ИММУНИТЕТ?



**БОЛЬШЕ ГУЛЯТЬ
НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ**

(И ПОМЕНЬШЕ СИДЕТЬ
ЗА КОМПЬЮТЕРОМ)



ОДЕВАТЬСЯ ПО ПОГОДЕ

СА О ТОМ, КАКАЯ СЕГОДНЯ БУДЕТ ПОГОДА,
КАЖДОЕ УТРО В 07.30 НА КАНАЛЕ КАРУСЕЛЬ
РАССКАЗЫВАЮТ ГЕРОИ ПЕРЕДАЧИ
"СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!" - КАРКУША,
ФИЛЯ, ХРЮША, СТЕПАШКА, МУР И МИШУТКА!)



**ПРИНИМАТЬ
ВИТАМИНКИ, ЕСЛИ
ИХ НАЗНАЧИТ ВРАЧ**





А ТЕПЕРЬ
ДАВАЙТЕ СТАНЦУЕМ
ПРОТИВОВИРУСНЫЙ ТАНЕЦ
В ЧЕСТЬ ПОБЕДЫ ЖИТЕЛЕЙ
ГОСУДАРСТВА ЗДРАВЬЕ
НАД ГРИППУС-ВИРУСОМ!



Мальчиш ПРОТИВ

простуды
и гриппа

ОРГАНИЗАТОР:



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ:

РОСПОТРЕБНАДЗОР

МБНПК «ЦИТОМЕД»
2024 ГОД

ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПОДГОТОВЛЕНА НА ОСНОВАНИИ РЕКОМЕНДАЦИЙ
РОСПОТРЕБНАДЗОРА И МИНЗДРАВА РОССИИ.

ДЕТСКИЙ
Цитовир-3
МАМИН ПОМОЩНИК
В БОРЬБЕ С ОРВИ!



ИСПОЛЬЗОВАНЫ ФРАГМЕНТЫ АНИМАЦИОННОГО
СЕРИАЛА "СМЕШАРИКИ"



ОРГАНИЗАТОР:



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ:

РОСПОТРЕБНАДЗОР

МБНПК «ЦИТОМЕД»
2024 ГОД