

**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**



**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.



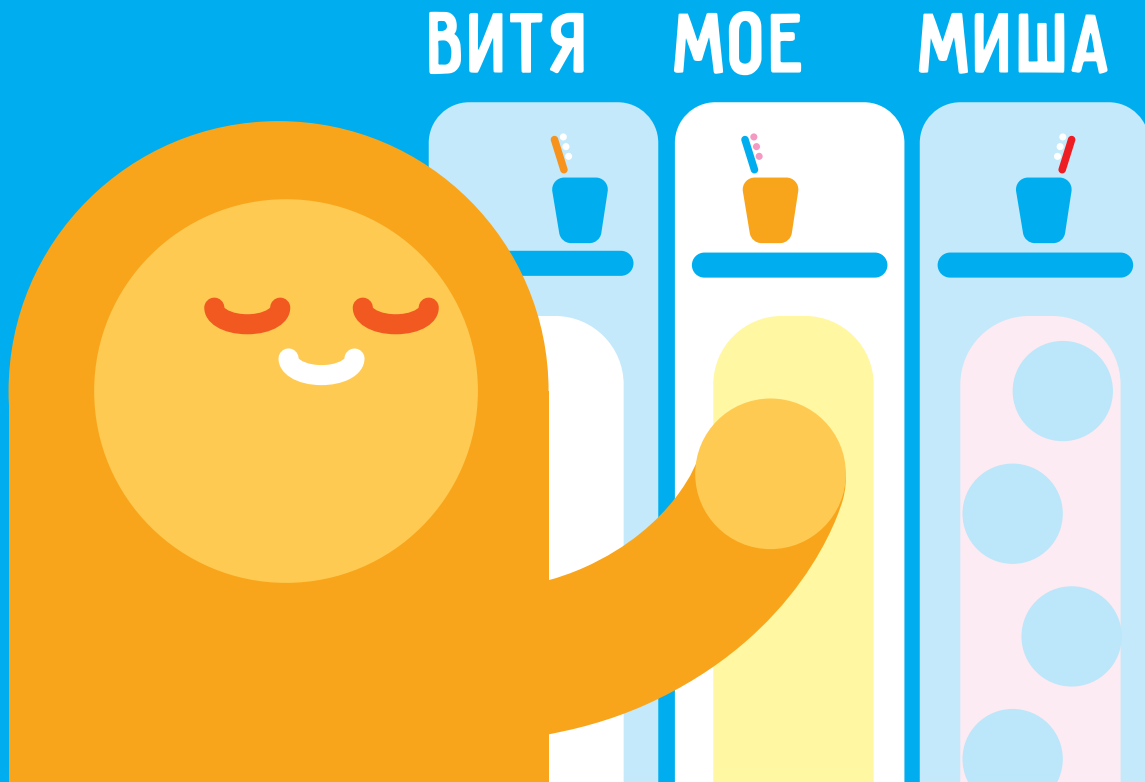
8.



**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.**



## ДРУЖИЩЕ!

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

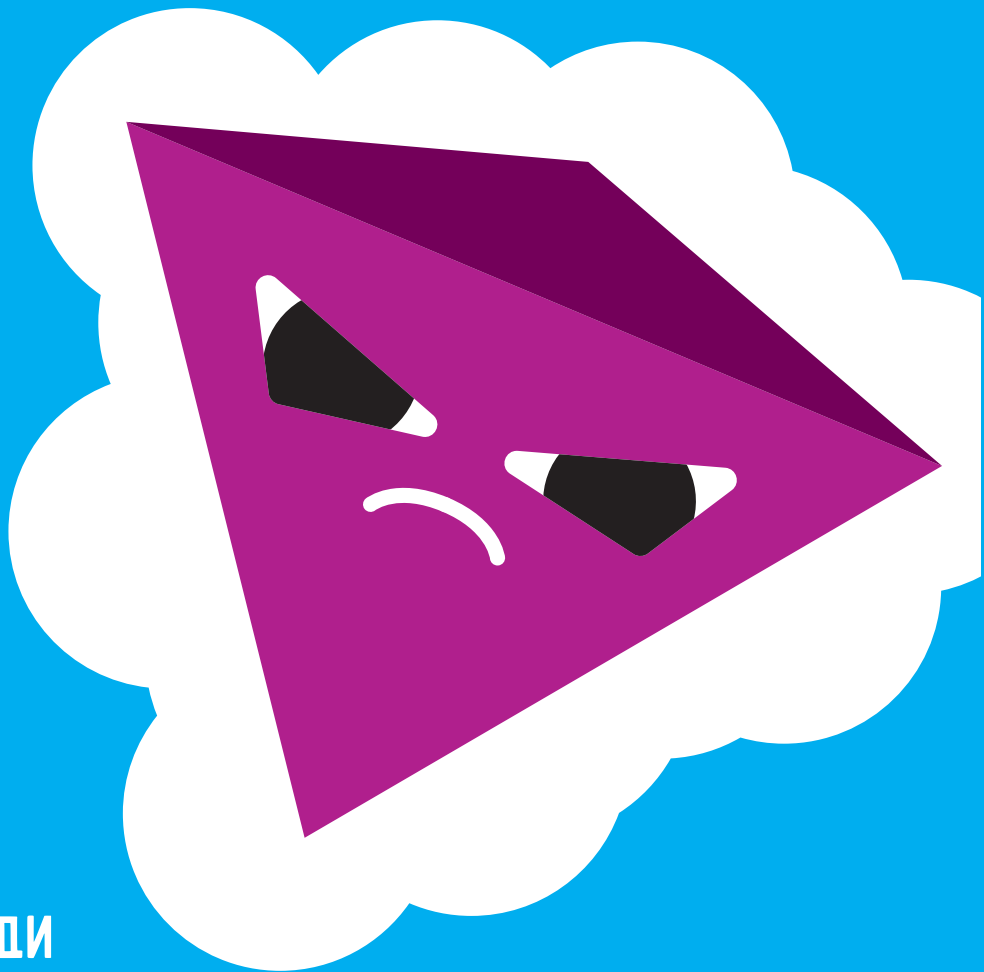
У ТЕБЯ БУДЕТ ОПРЯТНЫЙ ВИД.  
ТЫ ЗАМЕТИШЬ, КАК ВСЕ СТАНУТ  
ПРИВЕТЛИВЕЕ К ТЕБЕ ОТНОСИТЬСЯ,  
А ДРУЗЕЙ СТАНЕТ БОЛЬШЕ!

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](http://WWW.ANTISPIDNN.RU)**

**ИЛИ ПОЗВОНИ ПО ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ**

**436 36 91**

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

