

#гуляйтедома2020

Чтобы быть в курсе событий, происходящих в Раменском городском округе и окрестностях, следите за новостями на наших аккаунтах в соцсетях

Instagram: ramenskie_novosti или ramenskoeradio

Facebook: www.facebook.com/ramnovosti

VK: www.vk.com/ramnovosti

и на нашем сайте www.ramns.ru

Вы вовремя проветрили квартиру.

Появился кашель, слезятся глаза, поднялась температура. Вызовите врача и самоизолируйтесь.
Пропусти ход.

Вы приняли витамин D, и тем самым укрепили иммунитет.

Чесночные бусы оказались бессильны! Вернитесь и снимите.

Ребёнок попросил помочь с онлайн-уроками.
Пропусти ход.

Сделай зарядку всей семьёй. Это укрепит здоровье.
Кидай кубик ещё раз.

Вы сходили на шашлыки, кажется, у вас температура. Нужно полежать.

Что-то ещё пошло не так.

Ничего страшного за эти дни не произошло, возвращайтесь к обычной жизни

Вы выпили мёд и заели его луком. Вирус не боится ни горького, ни сладкого.

Включи в рацион больше свежих фруктов и овощей.
Кидай кубик ещё раз.

Раменское радио: мы всегда рядом с вами, где бы вы ни находились. Нужно только зайти на сайт www.ramns.ru и нажать кнопку «**Слушать онлайн радио**» в правом верхнем углу или скачать мобильное приложение «Раменское радио» в GooglePlay или AppStore.

Вы промыли нос солевым раствором.

Вы решили пренебречь мытьем рук и встретились с инфекцией.

Советы врачей в рубрике «**Доктор в эфире**» на нашем сайте www.ramns.ru. Терапевты, кардиологи, офтальмологи, неврологи, гастроэнтерологи, эндокринологи, гинекологи, психологи дают советы и отвечают на наиболее важные вопросы.

