Vacúnese

contra la gripe – es su mejor protección contra la gripe y sus complicaciones.

Lávese las manos

frecuentemente con jabón y agua tibia o use un desinfectante de manos a base de alcohol.

Cubra su boca y nariz

con un pañuelo de papel – nunca use su mano.

La detención de la gripe comienza con usted

No toque

su cara – no toque su boca, nariz y ojos con sus manos.

Limpie frecuentemente las superficies

de teléfonos, manijas de puertas, control remoto, interruptor o suitch de luz y mostradores.

Quédese en casa

si se enferma y no vaya al trabajo o escuela para evitar diseminar la gripe a otros.

www.flufreepa.com

pennsylvania
DEPARTMENT OF HEALTH