

¿PREOCUPADO POR LA GRIPE O EL CORONAVIRUS?

AYUDA A COMBATIR LA PROPAGACIÓN DE ENFERMEDADES



LAVESE LAS MANOS CON FRECUENCIA

CON AGUA TIBIA Y JABÓN DURANTE AL MENOS 20 SEGUNDOS. EL DESINFECTANTE PARA MANOS ES BUENO EN CASO DE APURO.

MANTENGA LAS MANOS ALEJADAS

DE LA BOCA, NARIZ U OJOS
PARA EVITAR LA TRANSFERENCIA DE GÉRMENES.



LIMPIA Y DESINFECTE

SUPERFICIES DE USO FRECUENTE COMO MOSTRADORES, INTERRUPTORES DE LUZ, MANIJAS DE PUERTAS Y CONTROL REMOTOS.

CUBRA LA TOS Y LOS ESTORNUDOS

CON UN PAÑUELO
DESECHABLE, LUEGO TÍRELO Y LÁVESE LAS MANOS.



SI SE SIENTE ENFERMO, QUÉDESE EN CASA

NO VAYA AL TRABAJO, LA ESCUELA U
OTRAS ACTIVIDADES Y EVITE EL CONTACTO
CERCANO CON OTROS.



FOR MORE INFORMATION GO TO:
WWW.SNOHD.ORG/NCOV2019 OR
WWW.SNOHD.ORG/FLU



**SNOHOMISH
HEALTH DISTRICT**
WWW.SNOHD.ORG