

¿PREOCUPADO POR LA GRIPE O EL CORONAVIRUS?

**AYUDE A COMBATIR  
LA PROPAGACION DE ENFERMEDADES**



**LAVESE LAS MANOS CON FRECUENCIA  
CON AGUA TIBIA Y JABON 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 GERMENES.**

## **LIMPIE Y DESINFECTE**

**LAS SUPERFICIES DE USO FRECUENTE COMO MOSTRADORES, INTE-  
RRUPTORES DE LUZ, POMOS DE LAS PUERTAS Y CONTROLES REMOTOS.**

**CUBRA LA TOS Y LOS ESTORNUDOS  
CON UN PAÑUELO DESECHABLE (KLEENEX),  
LUEGO BOTELO Y LAVese LAS MANOS.**

**SI SE SIENTE ENFERMO, QUEDESE EN CASA  
LEJOS DEL TRABAJO, LA ESCUELA U OTRAS ACTIVIDADES Y EVITE EL  
CONTACTO CERCANO CON OTRAS PERSONAS.**

**Skagit County Public Health  
[www.skagitcounty.net/health](http://www.skagitcounty.net/health)**

