

## *¡Pare la propagación de gérmenes!*

### **Detén los gérmenes. Y detén los resfriados y la gripe.**

- ◆ Lávese las manos con jabón y agua tibia por 20 segundos o límpielas con un limpiador de manos a base de alcohol. Enseñe a sus hijos hacerlo también.
- ◆ Cuando tosa o esnude cubra su boca y nariz con un Kleenex, o cúbrase con la manga de su camisa, no en sus manos. Lave sus manos después de tirar un pañuelo de papel a la basura. Enseñe a sus hijos hacerlo también.
- ◆ Permanezca en casa si se encuentra enfermo.
- ◆ Mantenga a sus hijos en casa si están enfermos. No los lleve a la escuela o a la guardería.
- ◆ Hable con su familia y vecinos sobre que hacer en caso de que estén enfermos.

**Visite [www.espanol.pandemicflu.gov](http://www.espanol.pandemicflu.gov)**