



El Dr. Damon T. Arnold,
director estatal de salud pública dice...

“Vacúnese contra la gripe de época y reciba su vacuna H1N1 cuando esté disponible.”

Recuerde las 3 C (En Inglés - Clean, Cover, Contain)

Limpiar – Lave sus manos frecuentemente para evitar transmisión de gérmenes.

Cubrir – Cubra su tos y estornudos con su brazo o pañuelo, no con sus manos.

Contener – Contenga sus gérmenes. Quédese en casa si está enfermo.

Prepararse para la Gripe es una Responsabilidad Compartida

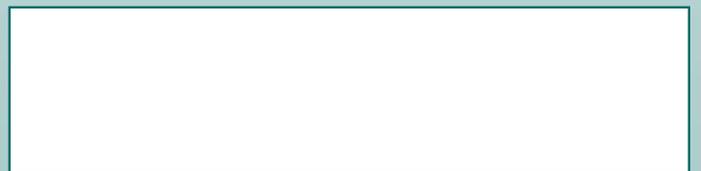
Manténgase bien informado acerca de la gripe en

www.ready.illinois.gov
www.flu.gov

Línea HotLine en Illinois para **preguntas no-médicas**

866-848-2094 (English) • 866-241-2138 (Español)

Para más información, contacte a su proveedor de salud o al departamento de salud local.



No se engripe. No disemine la gripe. Vacúnese!

Prevenir la gripe es tan fácil como 1-2-3... (1 Vacuna contra la gripe, 2 contra la gripe H1N1, 3 las C)