

HELP PREVENT DISEASE



**Stay up to date on your
Flu and COVID-19 vaccines**



Cover Coughs and Sneezes

with a bent elbow or tissue



Wash Hands Often

with soap and water for 20 seconds



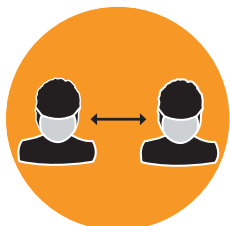
Do NOT Touch Your Face

with unwashed hands



Clean and Disinfect

commonly touched surfaces



Wear a Face Covering

and social distance in public



Stay Home When Sick

and avoid close contact with people
who are sick



AYUDE A PREVENIR ENFERMEDADES



Manténgase al día con sus vacunas contra la gripe y COVID-19



Cúbrase cuando tosa o estornude
con el codo doblado o con un pañuelo de papel



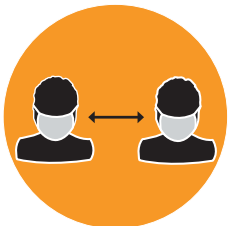
Lávese las manos con frecuencia
con agua y jabón durante 20 segundos



NO se toque la cara
con las manos sucias



Limpie y desinfecte
las superficies que se tocan mucho



Use mascarilla
y guarde distancia social en público



Quédese en casa cuando esté enfermo
y evite el contacto cercano con personas enfermas