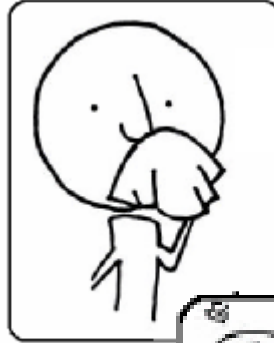


Help stop the spread of germs
that can make you and others sick!

¡Ayude a prevenir la extensión de
microbios que pueden enfermarlo a
usted y otros al su alrededor!

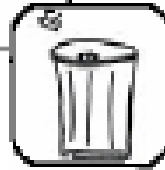
Cover your Cough Cubra su Tos

Cover your mouth and nose
with a tissue when
you cough or sneeze.



Cúbrase la boca y nariz con
una servilleta de papel cuando
usted tose o estornude.

Put your used tissue in
the waste basket.



Ponga su servilleta de
papel usada en el bote
de basura.

Or, cough or sneeze into
your upper sleeve,
not your hands.



Si tose o estornude
en la manga superior
de su camisa,
no en sus manos.

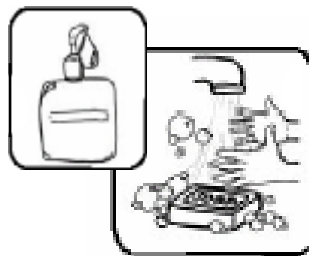
Clean your Hands

after coughing or sneezing

Lávese las manos

después de toser o estornudar

Wash your hands with
soap and warm water for
15 seconds, or clean hands
with alcohol-based cleaner.



Lávese las manos con jabón y
agua o lávese sus manos con un
limpiador con alcohol.

If you must go to the
doctor or clinic, you may
be asked to put on a
mask to protect others.



Si usted tiene que ir al médico o
a una clínica, usted puede ser
requerido de ponerse una
máscara para proteger a otros.

For information or copies visit our website | Para más información o copias visite
at www.lapublichealth.org . www.lapublichealth.org .

91406



CONDADO DE LOS ANGELES
DEPARTAMENTO DE Salud Pública

Special thanks to
the Minnesota
Department of Health | Muchas gracias al
Departamento de
Minnesota de la Salud