

# PANDEMİK QRİPƏ YOX DEYİN

Qrip kimi xəstəliklər aşağıdakı vasitələrlə yayılır:

- Öskürmək
- Asqırmaq
- Çirkli əllər

Qripin yayılmasının dayandırılmasına kömək edin,



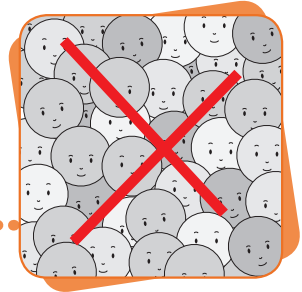
Öskürərkən və ya asqırarkən ağzınızı və burnunuzu əl yaylığı və ya qolunuzla tutun

Sabun və isti su ilə əllərinizi tez-tez yuyun



Evdə qalın və xidmət göstərildiyiniz səhiyyə müəssisəsini yoluxmağınız barədə məlumatlandırın

Evdən bayıra çıxdıqda əhalinin çox olduğu yerlərə getməyin



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



IOM International Organization for Migration

# SAY NO TO PANDEMIC INFLUENZA

Illnesses like influenza are spread by:

- Coughing
- Sneezing
- Unclean hands

To help stop the spread of influenza,



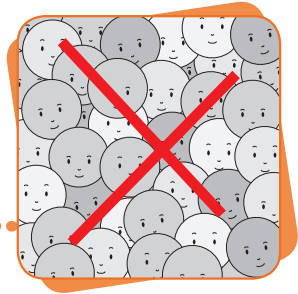
Cover your mouth and nose with a handkerchief when you cough or sneeze. If you don't have a handkerchief, cough or sneeze in the crook of your arm, not your hands

Wash your hands frequently with soap and water



If you are sick stay at home and inform your health care provider

If you are sick and you have to go out, do not go to crowded places



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



IOM International Organization for Migration