

DIGA NÃO A GRIPE PANDÊMICA

Doenças como a gripe propagam-se através de:

- Tosse
- Espirros
- Mãos sujas

Para ajudar a evitar a propagação da gripe



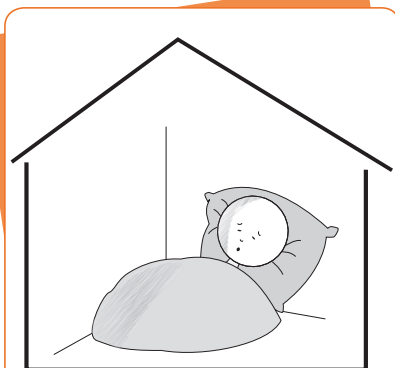
Ao tossir ou espirrar, cubra a boca e o nariz com um lenço ou com o antebraço
NÃO com suas mãos!

Lave as mãos
frequentemente
com água e sabão



DIGA NÃO A GRIPE PANDÊMICA

Se você está doente



**Não saia de casa
e contate um funcionário
do sistema de saúde**

**Se você precisar de sair,
evite ir a lugares
com muita gente**

