

GRIPA

Cum te poți proteja



Când tușești sau strănuți
acoperă-ți nasul și gura cu
un șervețel de unică folosință.



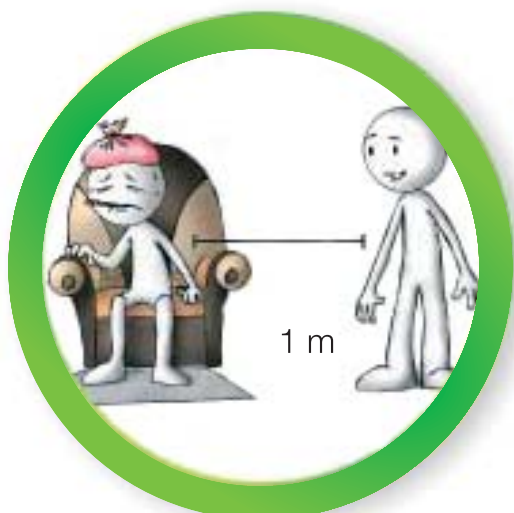
Aruncă la gunoi
șervețele de unică
folosință odată ce le-ai
folosit.



Spală-ți mâinile în mod regulat
Cu săpun și apă.



Dacă ai simptome de gripă,
rămâi în casă
Nu merge la serviciu ,
școală sau locuri
frecventate.



Dacă ai simptome de gripă,
menține față de celelalte
persoane o distanță minimă
de 1 m.



Dacă ai simptome de gripă,
și ești însărcinată sau ai
vreo boală
cronică, recurge la
consultul medic.



Când saluți oamenii încearcă
să nu-i îmbrățișezi,
să-i săruți sau să le
strângi mâna.



Nu atinge ochii, nasul
sau gura fără ați curăța
a mâinile.

Telefonul pentru cazuri de gripă

900 G R I P E A

900 4 7 4 7 3 2

Web <<http://www.euskadi.net/gripe>>



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

OSASUN ETA KONTSUMO
SAILA
DEPARTAMENTO DE SANIDAD
Y CONSUMO



World Health
Organization