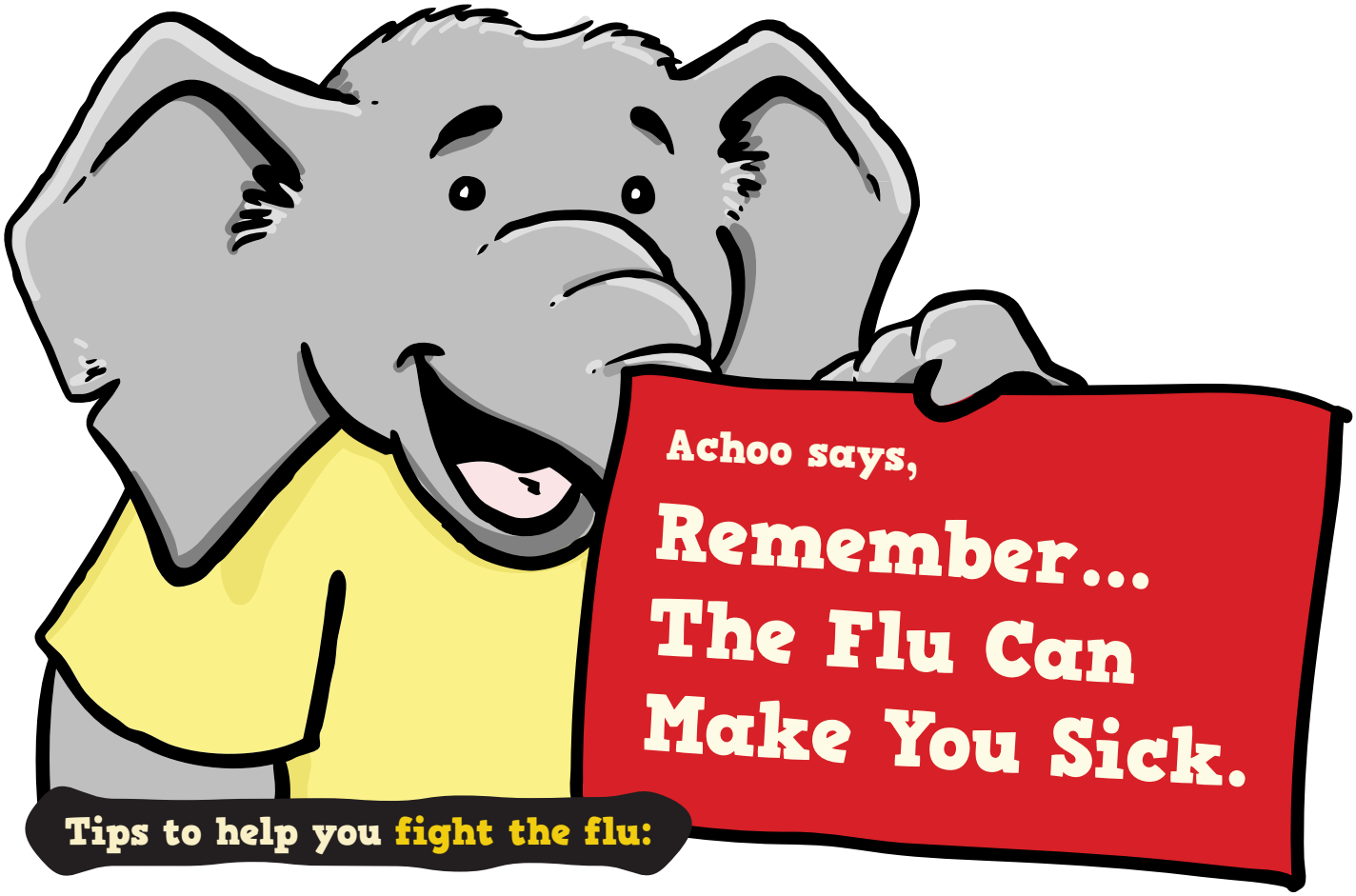

Tips to help you fight the flu:

WASH YOUR HANDS often.
Wash your hands with soap and warm water to help avoid spreading germs or getting the flu.

COVER YOUR MOUTH when you cough or sneeze.
If you use a tissue, throw it away after you use it and wash your hands. If you don't have a tissue, cough or sneeze into your elbow.

If you HAVE THE FLU, it is best to STAY HOME AND GET WELL.
That helps stop the spread of flu to others.

Get the FLU VACCINE to protect yourself, your family and your friends!
Getting a flu shot every year is the best way to help prevent getting the flu.

DHEC
PROMOTE PROTECT PROSPER

protect *yourself*.
protect *your family*.
prevent the flu.

www.scdhec.gov/flu 1.800.277.4687

ML-025386 10/13

Consejos para ayudarte a luchar contra el Flu:

LÁVATE LAS MANOS frecuentemente. Lávate las manos con agua tibia y jabón para prevenir la propagación de los gérmenes o para prevenir enfermarte del flu.

CÚBRETE LA BOCA cuando tosas o estornudes. Si utilizas un pañuelo de papel, tíralo a la basura después de utilizarlo y lávate las manos. Si no tienes un pañuelo de papel, tose o estornuda en tu codo.

SI TIENES EL FLU, ES MEJOR QUEDARTE EN CASA Y MEJORARTE. Esto ayuda a detener la propagación del flu a otros.

¡VACÚNATE CONTRA EL FLU para protegerte a ti mismo, tu familia y tus amigos! Vacunarse contra el flu cada año, es la mejor forma de ayudar a prevenir que contraigas el flu.

DHEC
PROMOTE PROTECT PROSPER

protéjase *usted*.
proteja *a su familia*.
prevenga la influenza.

www.scdhec.gov/flu 1.800.277.4687

ML-025386 10/13