

Pa Kite Larim ak Grip la Gaye

► Kouvri Bouch Ou lè W ap Touse ak lè w ap Etènye

- Sèvi ak klinèks – pa men ou – pou kouvri bouch ou lè w ap touse ak lè w ap etènye
- Jete klinèks yo epi lave men ou imedyatman
- Si ou pa gen klinèks, touse oswa etènye nan manch rad ou



► Lave Men ou Souvan

- Mouye men ou avèk dlo tyèd epi ajoute savon
- Fwote men ou pandan 20 segonn
- Rense byen
- Seche men ou avèk yon sèvyèt papye
- Sèvi ak sèvyèt papye a pou fèmen tiyo a
- Sèvi ak sèvyèt papye a pou louvri pòt twalèt la
- Sèvi ak dezenfektan men abaz alkòl si pa genyen savon ak dlo



► Mete moun malad yo lwen moun ki an sante yo

- Rete lakay ou si ou malad
- Rete lwen moun ki malad yo
- Rete lwen foul moun pandan sezon grip



► Netwaye atik ou sèvi an komen ak moun

- Telefòn, jwèt, entèripte limyè, telekòmann, manch twalèt, bouton pòt, tiyo, manch yo

Pran vaksen ou kont grip!

Pou plis enfòmasyon, ale nan sit wèb : www.nj.gov/flu

