

STOP THE SPREAD OF GERMS THAT MAKE YOU AND OTHERS SICK

WHEN YOU SNEEZE OR COUGH

Always **cover** your **nose**
and **mouth** with a tissue
or the inside of your arm



Then **wash your hands**
with soap and warm water



You may also
wear
a mask
to protect those
around you



Surgical masks are designed to prevent you from transmitting germs to others. They are not designed to prevent you from inhaling others' germs.

DETENGA LA DISEMINACIÓN DE LOS GÉRMENES
QUE LO ENFERMAN A USTED Y A LOS OTROS

CUANDO USTED ESTORNUDA o TOSE

Siempre **cubrase** la **nariz**
y **boca** con un pañuelo
desechable o sobre su brazo



Luego **lavese las manos**
con jabón y agua tibia



Usted puede también
usar una
máscara
para proteger a los
demás a su alrededor



Las máscaras quirúrgicas están diseñadas para
prevenir la transmisión de gérmenes a otras
personas. No están diseñadas para prevenir la
inhalación de los gérmenes de los demás.