

NUEVA GRIPE

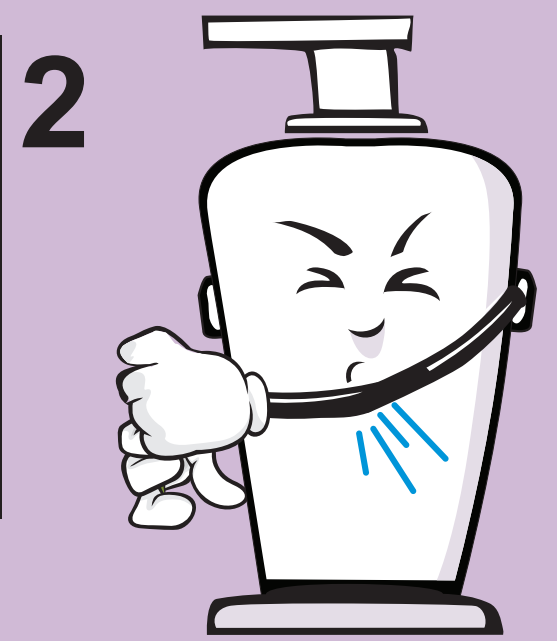
¡ACABEMOS CON LOS VIRUS!

Cuando tosas o estornudes...



- 1** Tápate la boca y la nariz con un pañuelo de papel y tíralo a la basura

Si no encuentras un pañuelo de papel, puedes usar la manga de tu camiseta (es mejor que taparse con la mano)



¡Por la boca y la nariz salen los virus y viven en las manos!

¡No olvides lavarte las manos!

- 3** Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón:
- Después de estornudar y toser
 - Antes y después de tocarte los ojos, la nariz o la boca

Paso 1



Usa jabón

Paso 2



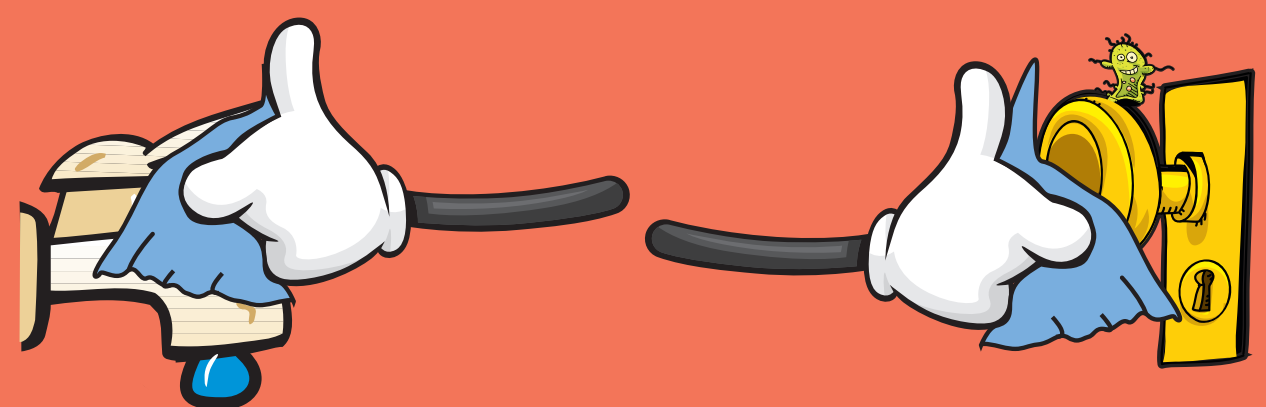
Frota energicamente palma, dorso y entre los dedos

Paso 3

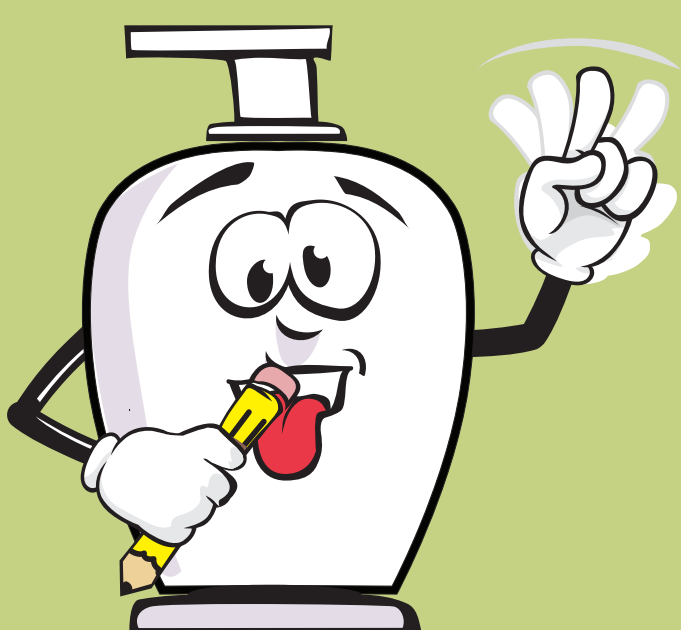


Enjuágate bien y sécate con papel

Paso 4

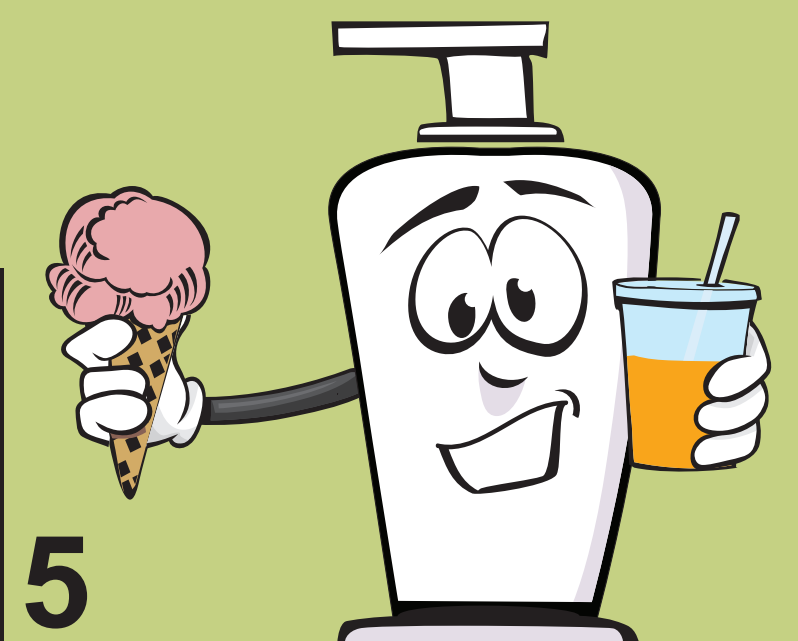


Si es posible, cierra el grifo y abre la puerta del baño con papel



- 4** Intenta no chupar tus cosas, ni las de los demás (bolígrafos, juguetes...)

No compartas tu comida, vasos, cucharas, cepillo de dientes, toallas...



5