



Fortalece tu sistema de defensa, alimentándote saludablemente y haciendo ejercicio.

No te automediques



Evita asistir a lugares muy concurridos y donde pueda haber personas enfermas de influenza.



Mi trabajo  
**LIBRE**  
de  
**INFLUENZA**



En la **CHAMBA**

**CÚBRETE LA BOCA Y NARIZ** al toser o estornudar con el antebrazo, o usa pañuelos desechables; luego arrójalos en un basurero.

Evito la influenza, con higiene y prevención.

**Contáctanos:**

Calle Domingo Cueto N°120,  
Jesús maría. Lima 11 - Perú  
Teléfono: 265 - 6000 anexo 2826

# Evita el CONTAGIO y protege tu SALUD

1

Protégete al toser o estornudar con el antebrazo, o usando pañuelos desechables y elimínalos en un basurero.



2

Lávate las manos a menudo con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar.



3

Evita escupir en lugares públicos. Si lo haces, que sea en un papel desechable.



4

Ventila los ambientes (Casa, centro laboral, transporte público, etc.)



Evito la influenza,  
con higiene y prevención.