

Protect Yourself and Others From The Spread of Viruses



**Clean Your
Hands OFTEN**



**Avoid Close Contact
With People Who Are Sick**



**Stay Home If You're Sick
Except to Get Medical Care**



**Cover Coughs
and sneezes**



**Wear a facemask
if you are sick or caring
for others**



**Clean AND Disinfect
Frequently Touched
Surfaces Daily**



**Lávese las manos
frecuentemente**



**Evitar el contacto
cercano con personas
enfermas.**



**Quedarse en casa
si está enfermo**



**Cubrirse la nariz y la
boca al toser o estornudar**



**Usar una mascarilla
si está enfermo**



**Limpiar y desinfectar
los objetos y las superficies
que se tocan frecuentemente**