

# ¡Detenga los gérmenes, manténgase saludable!

Lávese las manos  
frecuentemente  
por 20 segundos



Use gel a base  
de alcohol, si no  
se puede lavar  
las manos

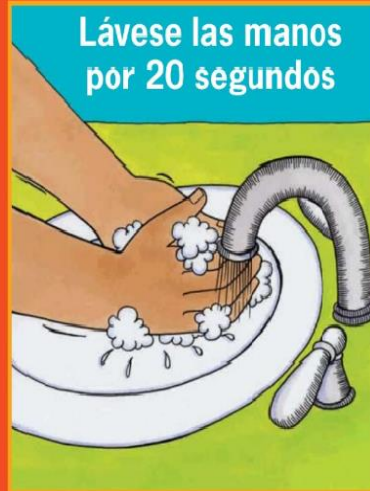


Lávese las manos frecuentemente con jabón y agua tibia

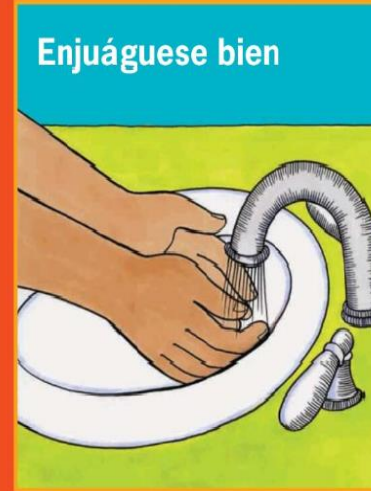
Use  
jabón



Lávese las manos  
por 20 segundos



Enjuáguese bien



Séquese



Cubra su boca al toser y estornudar



Quédese en casa  
cuando esté enfermo



Polk County Health Department



1907 Carpenter Ave  
Des Moines, IA 50314  
[polkcountyia.gov/health](http://polkcountyia.gov/health)  
515-286-3798