

# ALTO A LA GRIPE

# TEXASFLU.ORG



## QUÉDATE EN CASA

Si te enfermas, quédate en casa hasta que estés bien para que no propagues tus gérmenes. Evita a las demás personas que están enfermas.



## PLANEA

Aun cuando no estés enfermo, planea por adelantado. Abastece alimentos y medicinas para varios días para la familia y las mascotas. También busca opciones alternativas para trabajar y para el cuidado de niños, en caso de que tu familia contraiga la gripe.



## MANTENTE INFORMADO

Recibe las últimas actualizaciones en [TexasFlu.org](https://TexasFlu.org).



## LLAMA AL 2-1-1

Llama al 2-1-1 para informarte de los lugares de vacunación en tu área.

Detener **LA GRIPE** depende de ti.



TEXAS  
Health and Human  
Services

Texas Department of State  
Health Services



TEXASFLU.ORG