

# 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](http://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.



[TexasFlu.org](http://TexasFlu.org)