

## Reduce the Spread of H1N1

Wash your hands often.

**OR**

Use an alcohol-based  
hand sanitizer.

Cough and sneeze into your sleeve.

Clean and disinfect commonly  
touched surfaces.

Keep a distance of at least  
6 feet from people who are sick.

Stay home if you're sick.

Get the H1N1 vaccine.



## Réduisez la propagation du virus H1N1

Lavez-vous souvent les mains.

**OU**

Utilisez un désinfectant pour  
les mains à base d'alcool.

Éternuez et tousez dans votre manche.

Nettoyez et désinfectez les  
surfaces fréquemment touchées.

Gardez une distance d'au moins  
6 pieds des personnes malades.

Restez à la maison si vous êtes malade.

Faites-vous vacciner contre le H1N1.