

Staying Healthy Is As Easy As 1...2...3...

1 Seasonal Flu Vaccination

2 H1N1 Vaccination

3 C's: Clean, Cover, Contain

Clean - Wash your hands.

Cover - Cover your cough and sneeze.

Contain - Contain your germs. Stay home if you're sick.



Reliable Flu Resources

www.lakecountyil.gov/Health/H1N1.htm

Ready.illinois.gov

www.flu.gov

LCHD Flu Hotline: 847-377-8350



LakeCounty
Health Department and
Community Health Center

Irene T. Pierce, MSN
Executive Director

Mantenerse Sano Es Tan Fácil Como 1...2...3...

1

La vacuna contra la gripe de temporada

2

La vacuna contra el virus H1N1

3

**Reglas : Lavar, Tapar,
No contagiar**

Lavar--Lávese las manos.

Tapar--Tápese la boca al toser o estornudar.

No contagiar--No contagie a los demás con los microbios.
Quédese en casa si no se encuentra bien.



Fuentes de confianza para más información sobre la gripe

www.lakecountyil.gov/Health/H1N1.htm

Ready.illinois.gov

www.flu.gov

Teléfono de emergencia sobre la gripe: 847-377-8350



LakeCounty

Health Department and
Community Health Center

Irene T. Pierce, MSN
Executive Director