

# EDE NOU KWAPE LARIM, LAGRIM, AK LÒT VIRIS YO

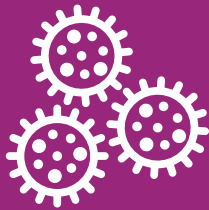
Nou rive nan sezon lagrip ak lòt viris yo, se poutèt sa l ap enpòtan pou w pran prekosyon pou evite pran oswa bay viris sa yo. Suiv etap sa yo pou w rete an sante:



Lave men ou epi itilize dezenfektan pou men souvan.



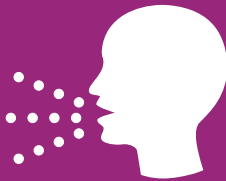
Netwaye sifas moun manyen souvan yo, tankou manch pòt, ak sèvyèt mouye ki gen klòwòks pou touye bakteri.



Pa pataje manje, veso, boutèy dlo oswa tas.



Si ou malad, rete lakay ou epi repoze.



Evite moun ki malad, si sa posib.



Pran yon piki kont grip, ki disponib nan Inivèsite Sant Sante a.

Èske ou vle plis enfòmasyon? Ale sou [health.umd.edu](http://health.umd.edu)



UNIVERSITY  
HEALTH CENTER