



FOR YOUTH DEVELOPMENT
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

PREPARESE. ESTE LISTO.

Consejo de Emergencia del Mes



Aquí hay 5 consejos del Centro de Control de Enfermedades sobre la manera de disminuir la propagación del virus de la gripe en su programa de cuidado infantil.

- 1) Acuérdesse de hacer su chequeo de salud diario.
- 2) El Centro de Control de Enfermedades CDC recomienda que todas las personas de 6 meses y mayores deben vacunarse contra la gripe todos los años. Obtener su vacuna contra la gripe es una de las cosas más importantes que usted puede hacer para protegerse y proteger a sus familias.
- 3) Alentar al personal a quedarse en casa cuando están enfermos y a los padres para mantener a los niños enfermos en casa.
- 4) Niños y el personal deben lavarse las manos con agua y jabón varias veces al día.
- 5) Enseñe a los niños a toser y estornudar en el codo.

Contacte a 211 San Diego para obtener información sobre dónde obtener la vacuna anual contra la gripe llamando al 211 en el teclado del teléfono o visitando www.211sandiego.com

Una versión imprimible de este mensaje y los recursos sobre la gripe están disponibles en línea en www.es.crs.ymca.org.

PARA OTRAS PREGUNTAS RELACIONADAS CON SU PROGRAMA DE CUIDADO INFANTIL, LLAME
A YMCA CHILDCARE RESOURCE SERVICE EN 1-800-481-2151.