

preventing
Influenza

Stop Influenza!

You can help slow the spread of influenza.

Always remember to:

1. Wash your hands frequently
2. Cover your nose and mouth when you cough or sneeze
3. Stay home if you're sick
4. Get your annual influenza vaccination

For further information,
visit **www.wrha.mb.ca**
or call Health Links - Info Santé
at **788-8200**.

Registered nurses are available
24 hours a day, 7 days a week,
to answer your questions.



Winnipeg Regional
Health Authority

Caring for Health

Office régional de la
santé de Winnipeg

À l'écoute de notre santé

prévenir

la grippe

Mettez fin la grippe

Vous pouvez diminuer la propagation de la grippe.

Suivez toujours les conseils suivants :

1. Lavez-vous souvent les mains;
2. Couvrez-vous le nez et la bouche lorsque vous toussiez ou éternuez;
3. Restez à la maison si vous êtes malade;
4. Faites-vous vacciner chaque année contre la grippe.

Pour de plus amples renseignements, visitez **www.wrha.ca** ou communiquez avec Health Links – Info Santé en composant le **788-8200**.

Des infirmières autorisées sont en mesure de répondre à vos questions 24 heures sur 24, sept jours par semaine.



Winnipeg Regional
Health Authority

Caring for Health

Office régional de la
santé de Winnipeg

À l'écoute de notre santé