

Weber-Morgan Health Department officials are asking the community to take the following steps to help control the spread of the H1 N1 (swine flu) virus.

1. Please limit travel abroad or to a state where there have been confirmed cases of H1 N1.
2. Wash hands thoroughly after coughing, sneezing, blowing your nose, before eating and after using the bathroom.
3. Regularly clean surfaces and objects that are frequently touched or handled.
4. Try to limit your exposure to others who may be ill.
5. If your child is sick, please keep him/her home from school.
6. Stay home if you are sick.

For more information please visit this website [www.webermorganhealth.org](http://www.webermorganhealth.org)

La CRITICA-GRIPE EN EEUU -- funcionarios de salud de Weber-Morgan piden a los residentes para que tomen precauciones con el fin de ayudar al control de la extensión del virus mortal pandémico de influenza \_H1 N1\_\_\_\_\_.

- Trate de no viajar al extranjero.
- Lavese las manos completamente después de utilizar el cuarto de baño, antes de comer y después de toser, estornudar o sonárdoe la nariz.
- Utilize un pañuelo para cubrirse la nariz, al toser o estornudar.
- Limpie regularmente superficies y objetos que son tocados o manipulados con frecuencia.
- Trata de no exponerse con personas que pueden estar enfermas.
- Este en casa si usted está enfermo. Para más información, lea por favor las guías encontradas en [www.webermorganhealth.org](http://www.webermorganhealth.org)