

De «Mexicaanse» griep Een nieuwe griep !

Bescherm je !
Enkele raadgevingen ...

Als ik griepsymptomen vertoon :

- Plotse koorts
- Spierpijn
- Moeheid
- Hoest, kortademigheid, fluimen
- Onbehaaglijk gevoel
- Diarree



Ik blijf thuis

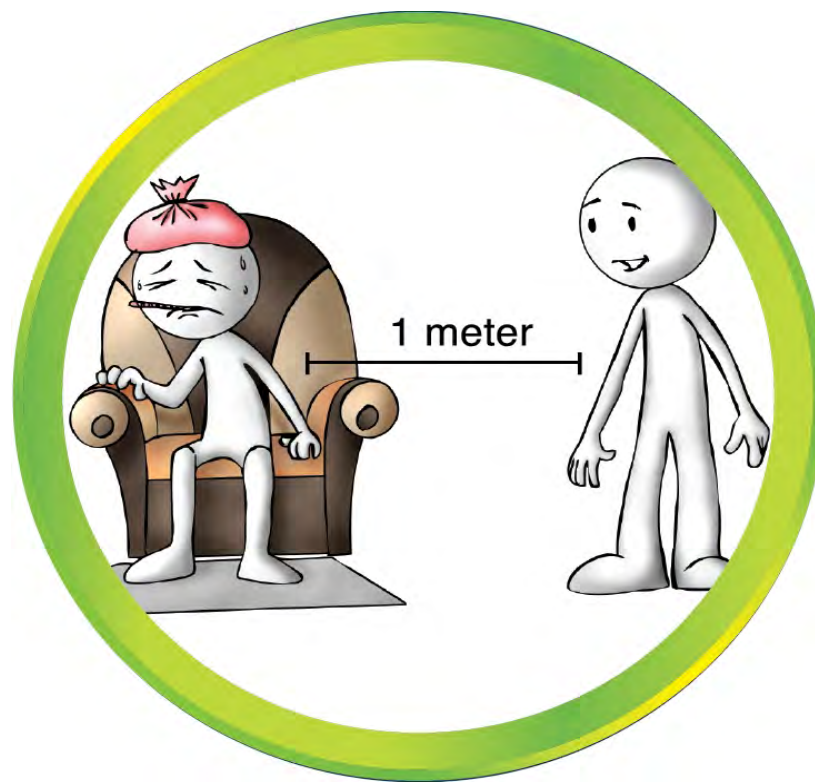
**Ik verwittig zo snel mogelijk
mijn huisarts of zijn vervanger**



**Ik ga niet naar school en
ga niet werken**

**Ik vermijd plaatsen met veel volk
(bioscoop, voetbal, warenhuizen, ...)**

Het UVC Brugmann beschikt over een lijst van de Brusselse huisartsen



**Als ik ziek ben
blijf ik op afstand van anderen !**

Ik vermijd :

- **omhelzingen**
- **kussen**
- **handdrukken**





**Wanneer ik hoest of nies,
houd ik een papieren
zakdoek voor
mond en neus**



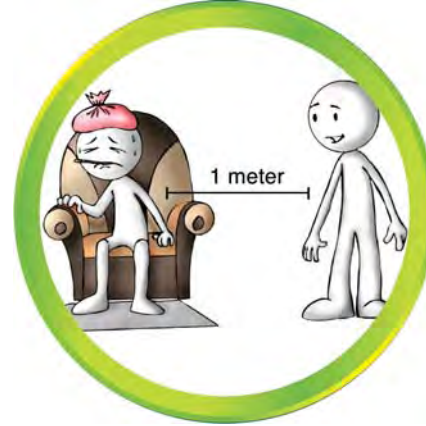
**Ik gooi onmiddellijk
mijn gebruikte
zakdoek
in de vuilbak**



**Ik was regelmatig
mijn handen
met water en zeep of
met een hydro-
alcoholische oplossing**



**Ik vermijd
mijn ogen, neus en mond
aan te raken wanneer
mijn handen
niet gewassen zijn**



Voor meer inlichtingen,

kijk ik op de site

<http://www.influenza.be>

