

# STOP INFLUENSA

**TVÄTTA HÄNDERNA MED TVÅL OCH VATTEN ELLER ANVÄND HANDSPRIT**

- när du kommit hem eller till skolan
- före måltider
- efter toalettbesök
- när du hostat eller nyst



**NÄR DU HOSTAR ELLER NYSER**

- täck din mun och näsa med en näsduk eller ärm
- kasta den använda näsduken genast i soporna

[www.thl.fi](http://www.thl.fi)



INSTITUTET FÖR  
HÄLSA OCH VÄLFÄRD



SOCIAL- OCH  
HÄLSOVÅRDSMINISTERIET