

शिक्षकहरू \* मातापिताहरू \* बच्चाहरू:

# के गर्नु भनेर जानी राख्नुहोस् फलू बारे



प्रत्येक पटक तपाईं खोक्दा वा छिँक्दा टिस्यु पेपरले वा बाहुलाले छोप्नुहोस्।

• तपाईंको हात पटक पटक साबुन पानीले धुनुहोस् वा ह्यान्ड स्यानिटाइजरको प्रयोग गर्नुहोस्।

• तपाईं बिरामी भए, ज्वरो निको भइसकेपछि कमसेकम 24 घण्टासम्म घरमै बस्नुहोस्। घरमा बस्ने योजना पहिलानै बनाउनुहोस्।

**6 महिना तथा बढी उमेरका सबैजना — खोप लगाउनुहोस्!**  
हामी सबै मिलेर रोग फैलिनबाट रोक्नमा मद्दत गरौं

थप जानकारीका लागि, [flu.gov](http://flu.gov),

[healthvermont.gov](http://healthvermont.gov) मा जानुहोस् अथवा 2-1-1 डायल गर्नुहोस्

 VERMONT  
DEPARTMENT OF HEALTH