

# CORONAVIRUS

## ¡SI TOSES O ESTORNUDAS!



Utiliza pañuelos desechables.



Cubre tu boca y la nariz con el pañuelo desechable al estornudar o toser y posteriormente deséchalo. Evita tocar tus ojos, la nariz y la boca.



Cuando no dispongas de un pañuelo, tapa la nariz y la boca con el ángulo interno del codo cuando vayas a toser o estornudar.



Higieniza tus manos: lava tus manos con agua y jabón o utiliza una solución hidroalcohólica.



**FREMAP**

Mutua Colaboradora con la  
Seguridad Social nº 61

GRACIAS POR COLABORAR. PREVENIR EL CONTAGIO ES LA MEJOR MEDIDA