

# LASCIATI INFLUENZARE SOLO DAI BUONI CONSIGLI.

Semplici regole per tenere lontano l'influenza A.



**COPRI NASO  
E BOCCA SE  
STARNUTISCI  
E TOSSISCI.**



**LAVATI  
SPESSO  
LE MANI.**



**FAI ATTENZIONE  
AI LUOGHI  
AFFOLLATI.**



**MANGIA SANO CON  
MOLTA FRUTTA  
E VERDURA.**



**FAI SPESSO  
ATTIVITÀ  
FISICA.**



**DORMI IL TEMPO  
NECESSARIO.**

LOMBARDIA. COSTRUIAMOLA INSIEME.



Regione Lombardia  
Sanità