

# Panahon na ng Trangkaso (Flu)

**ANG PINAKAMAGANDANG PARAAN PARA LABANAN ITO AY ANG MAGPA-FLU SHOT!**

**Tulongang pigilan ang pagkalat sa San Francisco gamit ang mga tip na ito:**



**Magpa-flu shot taun-taon**



**Hugasan ang iyong mga kamay nang madalas at mabuti**



**Umubo sa iyong siko o sa isang tissue**



**Manatili sa bahay kapag may sakit ka**

Ang opisina ng iyong doktor o klinika para sa pangunahing pangangalaga ay ang pinakamaganda at pinakamurang lugar para magpabakuna. Nagbibigay din ng mga flu shot sa mga parmasya kapag pumunta rito at may bayad ito. Para sa higit pang impormasyon tungkol sa trangkaso, pumunta sa [www.sfcddcp.org/flu](http://www.sfcddcp.org/flu).