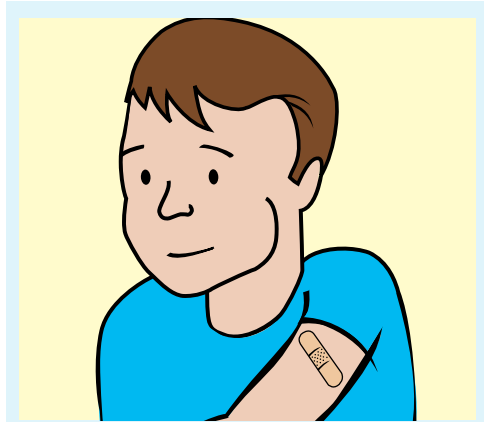


ਫਲੂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਸੁਝਾਅ



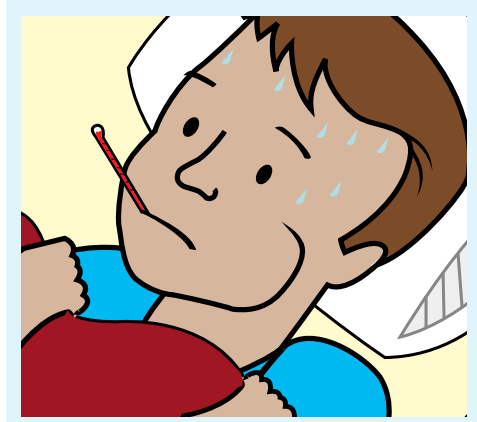
ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਓ



ਵਾਰ-ਵਾਰ
ਹੱਥ ਧੋਵੋ



ਖੰਘ ਅਤੇ ਨਿੱਛਾਂ
ਨੂੰ ਢੱਕੋ



ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ‘
ਤੇ ਘਰ ਰਹੋ

ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ ਫਲੂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਫਲੂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [GetImmunizedCA.org](https://www.getimmunizedca.org) ‘ਤੇ ਜਾਓ

IMM-969 PU Punjabi (6-20)