

# Protejați-vă de gripă și COVID-19!

## Cine

este cel mai expus riscului de gripă și COVID-19?

- vârstnicii;
- copiii mici;
- persoanele cu afecțiuni cronice;
- femeile gravide.

Cum mă pot proteja de gripă și COVID-19?



## Vaccinați-vă

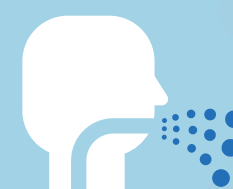
Metoda cea mai eficace de prevenire a gripei și a COVID-19 este vaccinarea

Gripa și COVID-19 pot produce complicații severe, care pot fi însă prevenite prin vaccinuri.

Doriți să aflați mai multe?  
Iată câteva constatări esențiale.



## Cum se răspândesc gripa și COVID-19?



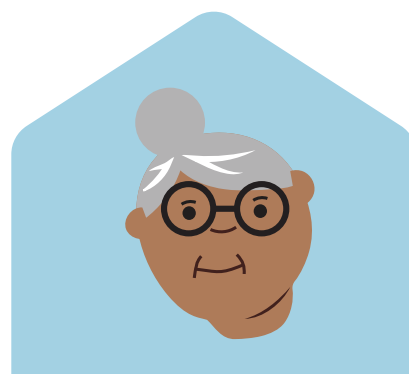
- Ambele virusuri se răspândesc cu ușurință de la o persoană la alta prin aer – în picăturile produse prin tuse sau respirație.
- Ele se răspândesc și prin țesuturi și suprafețe pe care oamenii le ating.



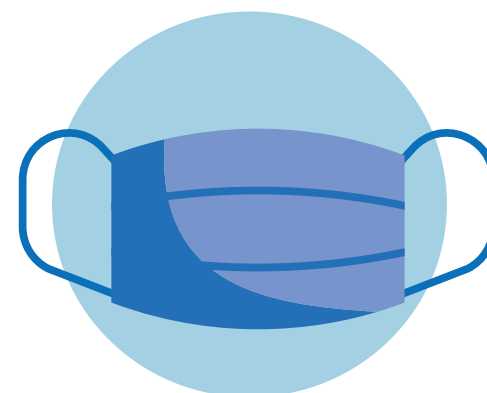
Acoperiți-vă gura și nasul când strănutați.



Spălați-vă des pe mâini.



Stați acasă când nu vă simțiți bine.



Purtați mască dacă aveți simptome.

Nu așteptați! Cereți medicului sfaturi despre vaccinare.



Vaccinarea poate preveni gripa și COVID-19, precum și complicațiile lor

Pentru a afla mai multe, scanați codul QR pe Portalul european de informații despre vaccinare



[vaccination-info.europa.eu/en](https://vaccination-info.europa.eu/en)



PORTALUL EUROPEAN DE  
INFORMAȚII DESPRE VACCINARE  
O inițiativă a Uniunii Europene