



Our health is in our hands.

There are lots of things in life we can't control. But we have the power to protect ourselves and our communities from the flu, a serious disease that can result in hospitalization and even death.

Let's keep the flu out of our homes, schools, and churches. ***Choose to get vaccinated.***

To learn more, visit www.lapublichealth.gov. If you don't have a regular health care provider, call 2-1-1 toll-free from any phone in L.A. County to find free or low-cost vaccinations near you.





Nuestra salud está en nuestras manos.

Hay tantas cosas en la vida que no podemos controlar. Pero si tenemos el poder de protegernos y a nuestras comunidades contra la gripe, una enfermedad seria que puede ocasionar hospitalizaciones o hasta la muerte.

Mantengamos la gripe fuera de nuestros hogares, escuelas, e iglesias. ***Elija vacunarse.***

Para aprender mas, visite www.publichealth.lacounty.gov. Si no tiene un proveedor de servicios médicos regular, llame 2-1-1 de cualquier teléfono en el Condado de L.A. para encontrar vacunaciones gratis o de bajo-costos cerca de usted.

