

IPAGSANGGALANG ANG IYONG SARILI AT ANG IYONG SANGGOL LABAN SA ZIKA



**MAGSUOT NG MGA PANTALON AT
DAMIT NA MAHABA ANG MANGGAS**
upang mabawasan ang pagkalantad sa
mga lamok.



GUMAMIT NG PANTABOY NG INSEKTO
na rehistrado sa Environmental
Protection Agency (EPA)



ITAPON ANG MGA NAKATAMBAK NA TUBIG

gumamit ng larvicide upang maiwasan ang pangingitlog ng mga lamok malapit sa inyong tahanan.



GUMAMIT NG MGA SCREEN sa mga bintana at pinto upang hindi makapasok ang lamok sa inyong tahanan



GUMAMIT NG CONDOM upang mabawasan ang panganib na mahawa sa pamamagitan ng pakikipagtalik