



از خودت محافظت کن و دیگران



سرفه

و عطسه را با دستمال یا داخل آرنج **پوشانید**



دستها

را به طور مرتب با آب و صابون **بشوید** یا از ضدعفونی کننده دست استفاده کنید



فاصله جسمانی

در صورت امکان حداقل 1.5 متر از دیگران فاصله بگیرید



اگر ناخوش هستید در خانه بمانید

حتی اگر علائم خفیف سرماخوردگی یا آنفولانزا دارید



برای کمک به شناسایی افراد در معرض کووید-19، **برنامه را دریافت کنید**



سطوح را تمیز کنید

و به طور منظم وسایل را ضد عفونی کنید