

COVID-19

Protektahan ang Iyong Sarili at ang Iyong mga Mahal sa Buhay



Hugasan ang iyong mga kamay ng sabon at tubig sa loob ng 20 na segundo



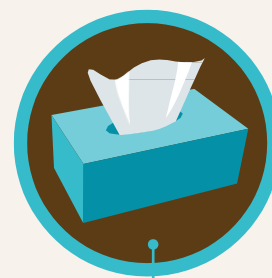
Gumamit ng hand sanitizer kung hindi makapaghugas



I-disinfect ang mga palaging hinahawakan na mga bagay tulad ng telepono, tablet, keyboard, mga doorknob



Shaka imbes na makipaghandskahe para magkaroon ng 6-pie na distansya



Takpan ang bunganga kung uubo o kung babahin gamit ang tisyu o ang iyong siko



Iwasang hawakan ang iyong mukha



Iwasang ibinabahagi ang iyong pagkain at inumin



Gamitin ang tisyu o siko para hawakan ang mga doorknob, handrail, elevator button at mga crosswalk button



Makipag-ugnayan sa pamamagitan ng telepono o social media kung maaari



Manatili sa bahay kung masama ang pakiramdam

