

Komesha Kuenea kwa Viini

Saidia kuzuia kuenea kwa magonjwa ya mfumo wa kupumua kama vile COVID-19.

Futi 6 (mita 2)



Kaa angalau futi 6
(takribani urefu wa mikono 2)
mbali na watu wengine.



Funika mdomo wako kwa tishu unapokohoa
au kupiga chafya, kisha utupe tishu hiyo
katika jaa la takataka na unawe mikono yako.



Wakati uko katika eneo
lenye watu wengi, vaa maski
ukifunika pua na mdomo
wako.



Usishike macho, pua na
mdomo wako.



Safisha na kuua viini
kwenye vifaa na sehemu
zinazoguswa mara kwa mara.



Kaa nyumbani wakati wewe ni mgonjwa,
isipokuwa iwe unaendea huduma ya
matibabu.



Nawa mikono yako mara ka mara kwa maji na
sabuni kwa angalau sekunde 20.



cdc.gov/coronavirus