

# رهنمود های حفظ الصحة شخصی

تا از زنجیره ممکنه شیوع بیماری جلوگیری شود

**ما بی ادب نیستیم!**

... اما محتاط هستیم و قتیکه از دست دادن به دیگران خودداری می کنیم. ما با لبخند از شما تشکری مکنیم که این قدر متوجه هستید!



هنگام عطسه نمودن از آرنج تان استفاده نمایید

هنگام عطسه نمودن از آرنج تان استفاده نمایید و از افراد دیگر دور شوید.



دستان خود را بطور درست بشویید.

به طور مرتب و کاملاً دستان خود را با صابون بشویید.



دستمال کاغذی یکبار مصرف

از دستمال کاغذی استفاده کنید، و فقط یک بار از آن استفاده کنید.



روی تانرا با دستان تان لمس نکنید

از لمس کردن روی با دستان تان خودداری کنید

