

Komesha Kuenea kwa Viini

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



**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 kwa umati,
vaa barakoa ukifunika
mapua na mdomo.**



**Usishike macho, pua na
mdomo wako.**



**Safisha na kuua
viini kwenye vifaa na
sakafu zinazoguswa
mara kwa mara.**



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



**Osha mikono yako mara kwa
mara kwa maji na sabuni kwa
angalau sekunde 20.**



cdc.gov/coronavirus