

بتغطية سعالك



اسعل أو اعطس في الكوع أو في كُم
الرداء وليس في يديك.

1



غط فمك وأنفك بمنديل ورقي
عندما تسعل أو تعطس.

أو



اغسل يديك بالماء والصابون، أو
عقمهما بسائل هلامي كحولي.

3



ضع المناديل الورقية المستعملة في
سلة المهملات.

2