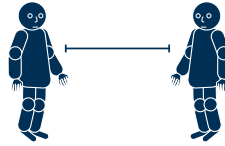


احمي نفسك والأخريين من انتشار العدوى

ابقي في المنزل اذا كنت تشعر انك مريض،
أو حتى ان كان لديك أعراض خفيفة للمرض



حاول ان تبقي مسافة بينك وبين
الأخريين حتى ولو كانوا أصدقاء لك



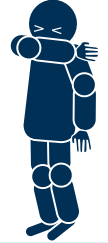
ابقي في المنزل اذا كان عمرك يزيد عن ٧٠ عام



اغسل يديك بانتظام بالماء الساخن
والصابون لمدة لا تقل عن ٣٠ ثانية



استخدم مرفق يدك
عندما تسعل أو تعطس



تجنب أن تلمس عيونك، أنفك وفمك

