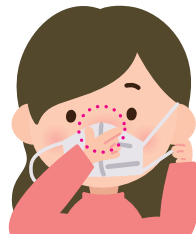




maiwasan ang pagkalat ng impeksyon

Kahit pagkatapos ng pagbabakuna, mangyaring siguraduhin na "magsuot ng mask", "maghugas ng mga kamay", at "iwasan ang 3-Mitsu (3Ms: Malapitang pakikipag-usap, Mataong lugar, at Masikip na lugar na may mahinang bentilasyon)".

Gamitin nang tama ang mask!



1 Isara ang puwang ayon sa hugis ng iyong ilong



2 Hilahin ito hanggang sa baba at i-fit ito sa iyong mukha nang walang puwang

Siguraduhing suot ang mask kapag nakikipag-usap!

Punto

- Mask na nakalabas ang ilong ✗ Mask sa baba ✗
- Huwag hawakan ang labas na bahagi ng mask kapag nasuot na ito
- Hawakan ang tali para tanggalin o isuot ito
- Gumamit ng non-woven na mask na tiyak ang kalidad hangga't maaari

Dalasan ang paghugas at pagsanitize ng mga kamay at diliri!



Siguraduhing maghugas sa mga sumusunod na sitwasyon!

- Pagkatapos makahawak ng mga bagay na ginagamit ng lahat
- Bago at pagkatapos kumain
- Pagkatapos gumamit ng pampublikong transportasyon, atbp.



Punto

Siguraduhing huwag kalimutang hugasan ang mga daliri, pagitan ng mga kuko, pagitan ng mga daliri, at pulso!

Hangarin natin ang Zero-Mitsu! (Kasikipan)

Iwasan kahit na isang Mitsu (Walang kasikipan)!!



Malapitan

Walang mask ✗
Malakas na boses ✗



Siksikan

Maraming tao ✗
Malapit na distansya ✗



Sarado

Hindi magandang bentilasyon ✗
Makitid na lugar ✗

- ▶ Mangyaring iwasang pumunta sa trabaho, paaralan, o maglakbay kapag masama ang pakiramdam.
- ▶ Para sa mga hindi pa nabakunahan, mangyaring magpabakuna.

