

د شخصي حفظ الصحي لارښوونې

ترڅو په ناروغۍ د ککړتيا ممکنه ځنځير محدود شي

موږ بهي ادبه نه يو!

... اما احتياط کوو کله چې بل چاته له لاس ورکولو څخه ډډه کوو. موږ په موسکا سره له تاسو څخه مننه کوو چې دومره متوجه ياست!



د پرنجې پر مهال خپله ځنگل مخ او پوزې ته ونيسئ
د پرنجې پر مهال خپله ځنگل مخ او پوزې ته ونيسئ او له نورو خلکو خپل مخ واړوئ.



د شخصي حفظ الصحي لارښوونې

خپل لاسونه په ورځ کې ډېر ځله په اوبو او صابون سره په بشپړه توگه مينځئ.



يو بار مصرفه تيشو يا کاغذي دسمال له يو بار مصرفه کاغذي دسمالونو څخه استفاده وکړئ، يوازې يو ځل يې وکاروئ.



خپل مخ په خپلو لاسونو سره مه لمس کوئ.
خپل مخ ته له لاس وړلو څخه ډډه وکړئ.

