



وزارت صحت عامه

بمنظور جلوگیری از مصاب شدن به مرض ویروس کرونا فعالیت های ذیل را عملی نمایید:



- دست های خود را روزانه مکررا با آب و صابون برای مدت ۲۰ ثانیه بشوید و از دست زدن به چشم، بینی و دهن خودداری نمایید؛



- از تماس نزدیک با افرادی که سرفه، زکام و ریزش دارد، خودداری کنید؛



- از رفت و آمد به جاهای بیروبار بپرهیزید و تا حد امکان در خانه بمانید؛

- در صورت ضرورت اگر از خانه بیرون میروید، همیشه ماسک بپوشید و فاصله فیزیکی حد اقل یک متر را با دیگران مراعات نمایید؛





د عامې روغتیا وزارت

په کرونا ویروس ناروغۍ د اخته کېدو د مخنیوي لپاره لاندینی کړنې عملي کړئ:



- لاسونه مو هره ورځ بیا بیا په اوبو او صابون د ۲۰ ثانیو لپاره پرېمینځئ او په سترگو، پزې او خولې له لاس وهلو څخه ډډه وکړئ؛



- د هغو کسانو له نږدې تماس څخه چې ټوخی، زکام یا والگی لري، ډډه وکړئ؛



- د گڼې گوڼې ځایونو ته له تگ راتگ څخه ډډه وکړئ او د امکان تر بریده په کور کې پاتې شئ؛

- که د اړتیا په صورت کې له کوره بیرون ځئ، تل ماسک وپېچئ او له نورو سره لږ تر لږه یو متر واټن رعایت کړئ؛

