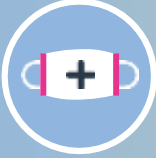




په احتیاط سره بیا پیل کول



ماسک وکاروئ



خپل لاسونه ووينځئ



خپل ترمينځ امنيت فاصله ساتئ

خپل لاسونه ووينځئ

که ستاسو لاسونه پاک بنکاري ، خو بیا هم دوی سو ځله د الکول جیل (30 ثانیو) یا صابون او اوبو سره (60 ثانیو) وینځئ
که ستاسو لاسونه په ظاهره پاک نه وي ، دوی په صابون او اوبو سره وینځئ

هره برخه یې په سمه توګه وینځئ: دا لاس تلي ، دا لاس بلخي ، خپلي ګوتي راتولی کي او خپله ګوتي سر مه هپروئ

خپلو سترګو ، پوزي او خولي ته د لاسونه مه نږدئ کوي

تل خپل لاسونه وینځئ

د ټوخی یا پرنجی کولونه وروسته
کلا چې تاسو کور ته ورسیرئ
کله چې تاسو پخلي کوئ ، په ځانګړي توګه که تاسو عوم خواره لمس کړئ
له خواړو مخکي
د تشناب کارولو وروسته
که تاسو د ناروغ سړي پاملرنه کوئ
د ځناورو سره د تماس کولو وروسته
ګند لمس کولو وروسته
د عامه ترانسپورت کارولو وروسته
د اغوستلو دمخه ، وروسته له دې چې تاسو ماسک لمس کړئ او لري کړ