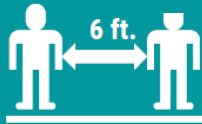


BAWASAN ANG IYONG PANGANIB NG COVID-19 SA LABAS NG BAHAY

MAGING MATALINO SA PAGPILI – IWASAN ANG MGA PANGANIB NA ITO



1. **MGA KULONG NA ESPASYO** – lalo na kung hirap ang bentilasyon. Mas maganda ang nasa labas kaysa nasa loob.
2. **MGA UMPUKAN NG TAO** – mas maraming tao, mas mataas ang panganib.
3. **MALAPITANG PAKIKISALAMUHA** – ang paglayo ay mas ligtas kaysa sa pagiging malapit

GUMAWA NG MGA HAKBANG PARA BAWASAN ANG IYONG PANGANIB



- Hugasan nang madalas ang iyong mga kamay
- Magsuot ng telang pantakip ng mukha kapag kasama ang ibang mga tao
- Iwasang hawakan ang iyong mukha
- Iwasang magbahagi ng mga pagkain, inumin, laruan, kagamitang panglaro
- Iwasan o linisin ang mga ibabaw na hinawakan ng ibang mga tao
- Dagdagan ang bentilasyon – pumunta sa labas, buksan ang mga bintana
- Panatiliing maikli ang pakikihalubilo sa ibang mga tao
- Bigyan ng agwat ang iyong sarili mula sa ibang mga tao

MAGPLANO NANG MAAGA



- Manatiling may alam - tumingin online o tumawag at magtanong tungkol sa mga hakbang pangkaligtasan bago pumunta sa isang restawran, lugar ng pagsamba, salon o gym
- Makibagay - maging handa na baguhin ang mga aktibidad nang mabawasan ang mga panganib