

# د میکروبونو د خپریدو مخنیوی

د کویډ - 19 (کورونا) په خیر د تنفسي ناروغيو د خپریدو مخنیوي کې مرسته وکړئ.

د ټوخي یا پرنجي پرمهال خولې ته دستمال ونیسئ، او بیا دغه دستمال د خټلو سطل ته واچوئ.



ناروغ خلکو ته ډیر مه نږدې کیږئ.



مس کیدونکي شیان او سطحې په مکرر ډول پاکې کړئ او د عفونیت نه یې هم پاکې کړئ.



د خپلو سترگو، پزې او خولې د لمس کولو نه ډډه وکړئ.



که ناروغ یې په کور کې پاتې شه، د روغتیایی او طبي پاملرنې ترلاسه کولو لپاره استننا شتون لري.



ډیری ځله په صابون او اوبو لږترلږه د 20 ثانیو لپاره خپل لاسونه ومینځئ.



[cdc.gov/COVID19](https://cdc.gov/COVID19)

