

4



Դիմակ կրեք

- Մարդաշատ, ինչպես նաև փակ կամ վատ օդափոխվող տարածքներում:
- Հիշեք, որ դիմակը պետք է ճիշտ կրել՝ վիրուսն ինքներդ ձեզ և այլ մարդկանց չփոխանցելու համար:

5



Ձեր տունը հնարավորինս հաճախ օդափոխեք

- Երբ ներսում եք, հնարավորության դեպքում բացեք պատուհանները կամ դռները:
- Չափազանց տաք կամ ցուրտ եղանակի դեպքում կարող եք ժամը մեկ մի քանի րոպե բաց թողնել պատուհանները՝ օդափոխության համար:

ՓԱՍՏԵՐ

Անհատական պաշտպանության միջոցառումները

Լյանքեր էին փրկում COVID-19-ի ժամանակ, և այժմ էլ շարունակում են Լյանքեր փրկել

1



Մնացեք տանը,
եթե վատառողջ եք



2



Պահպանեք փռշտալու և
հազալու հիգիենան

- Հազալիս կամ փռշտալիս արմունկով կամ անձեռոցիկով ծածկեք Ձեր բերանը և չմոռանաք մաքուր պահել ձեռքերը:

3



Պահպանեք ձեռքերի
հիգիենան

- Կանոնավոր կերպով ախտահանեք կամ լվացեք ձեռքերը: