

گسترش کوید-۱۹ را کاهش دهید

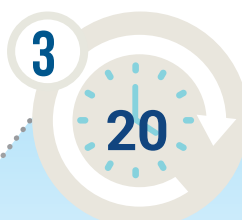
دست‌هایتان را بشویید



با آب گرم دست‌ها را خیس کنید



از صابون استفاده کنید



برای حداقل ۲۰ ثانیه حتما دست‌ها را بشویید



خوب آبکشی کنید



دست‌ها را خوب با دستمال کاغذی خشک کنید



با دستمال کاغذی شیر آب را ببندید



کف و پشت هر دست



بین انگشتان



زیر ناخن‌ها



انگشتان