



ویروس کرونا

اغلب اوقات
دستهای خود را
به مدت 20 ثانیه بشوید

در موارد زیر از آب و صابون یا ضد عفونیکننده دست استفاده کنید:

- در خانه یا محل کار
- هنگام آبریزش بینی، سرفه و عطسه
- تهیه و خوردن غذا



به منظور کسب اطلاعات بیشتر و آگاهی
از طرح اقدام دولت به
مراجعه [nhs.uk/coronavirus](https://www.nhs.uk/coronavirus)
کنید.