

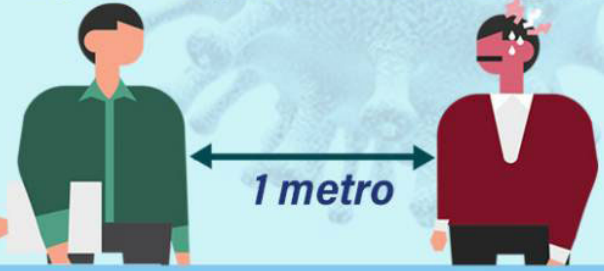


PROTEKTAHAN ANG SARILI LABAN SA 2019-nCoV

Kung maari ay umiwas muna sa mga matataong lugar.



Panatilihin ang isang metrong layo sa mga taong may sintomas ng ubo't sipon o sakit sa baga.



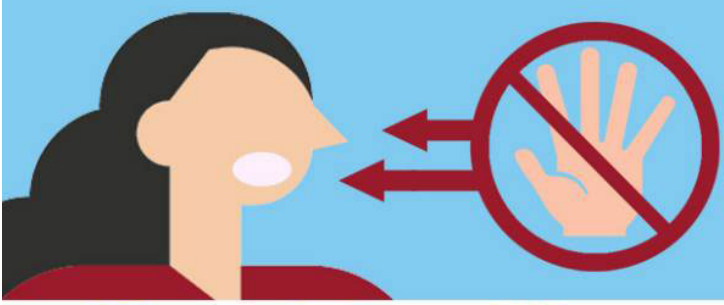
Maghugas lagi ng kamay gamit ang sabon at umaagos na tubig o magpahid ng alcohol-based na sanitizer



Takpan ang ilong at bibig sa tuwing babahing at ubo. Gamitin ang tissue, panyo, o ang looban ng siko



Iwasang hawakan ang ilong at bibig. Ugaliing maghugas lagi ng mga kamay.



Gumamit ng face mask kung ikaw ay may ubo't sipon, o kaya naman ay may inaalagaang pasyente na mayroong sintomas ng respiratory illness.



**OfficialDOHgov
doh.gov.ph**



**8-711-1001
8-711-1002**