

MAELEKEZO YA KUVAA BARAKOA YA KITAMBAA

Vaa barakoa kila unapotoka nje ya nyumba yako.

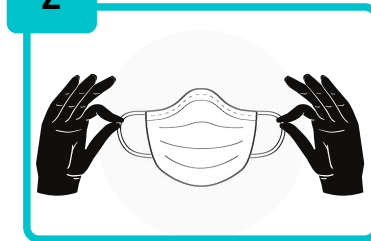
OSHA BARAKOA MPYA KWA MAJI YA MOTO NA SABUNI KABLA YA KUVAA.

1



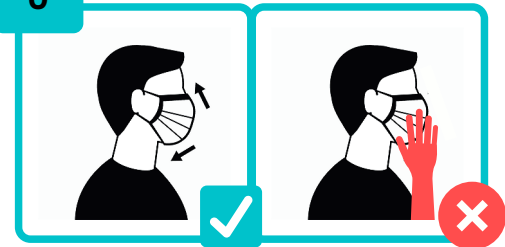
Kabla kuvaa barakoa, hakikisha mikono yako umeiosha kwa sabuni na maji.

2



Kamata vishikio vya barakoa, unapoiveka usoni mwako. Usiguse sehemu za ndani za barakoa.

3



Hakikisha inaziba pua na mdomo wako unapoivaa.

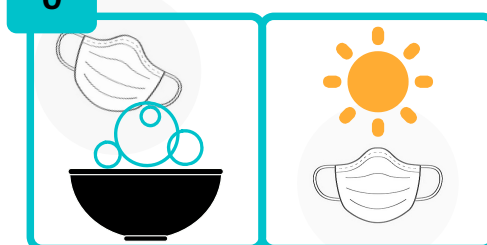
Usipeleke mikono yako usoni wala kuishika barakoa wakati umeivaa.

4



Unapoivua barakoa, ivue kwa kufungua vishikio vyake, bila ya kuigusa barakoa yenyewe.

5



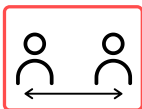
Ioshe barakoa kwa maji na sabuni haraka iwezekanavyo, mara tu baada ya kuivua na uianike kwenye jua.

6



Baada ya kuianika, osha mikono yako kwa sabuni na maji.

JILINDE NA UWALINDE WENZIO



Kukaa kwa umbali wa mita 2 na mwenzio ni njia bora ya kuepukana na maambukizi. Au bakia nyumbani pale inapowezekana.



Vaa barakoa ukihitaji kwenda safari za nje, kama kwenda dukani au kwenda hospitali.



Osha mikono yako mara kwa mara na epukana na kugusa uso, macho, mdomo au pua yako.