Para ku Spadju di Jermis

Djuda ku ivita spadju/kontajiu di duensas respiratoriu

sima gripi y COVID-19:

Laba mon txeu ku sabon y agu mornu, o uza un dezinfetanti pa mon ki ten alkol na el.

Ivita toka na bus odjus, nariz y boka.

Linpa tudu ora kuzas ki ta tokadu txeu (sima puxadoris di porta y bankadas di kozinha) ku *spray* o paninhus di linpeza pa kaza.

Tapa boka ora ki bu tosse o spirra. Uza un lensu di papel o parti di dentu di bu kutubelu, ka bu uza bu mon.

Fika na kaza si bu sta duenti y ivita kontatu di pertu ku otus pessoas.

Pensa ku antessedensia na menera di bu kuida di bu pessoa y di pessoas ki bu kre txeu. Vizita mass.gov/KnowPlanPrepare for preparedness tips.

Pa mas, vizita: [www.mass.gov/2019coronavirus](http://www.mass.gov/2019coronavirus)

*Massachusetts Department of Public Health* (Departamentu di Saudi Publiku di Massachusetts)