احم عائلتك في المنزل

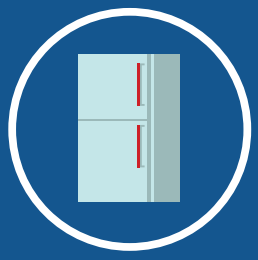
كبار السن وأولئك الذين يعانون من مشاكل صحية حالية مثل داء السكر والربو معرّضون أكثر من غيرهم لخطر كوفيد-19.

التنظيف

التنظيف الدوري للأسطح التي يكثر لمسها

مفاتيح الإضاءة

أوكرات الأبواب



مماسك الثلاجة

الأسطح في غرفة الحمّام
(الحنفيّات ومماسك المرحاض)

موعد الوجبة

اجلس على بعد ستة أقدام أو تناوبوا تناول الطعام

لا تتشارك الطعام من نفس الطبق ولا تتشارك المشروبات

في الداخل والخارج

ارتد غطاء وجه في الداخل عندما تكون على بعد أقل من 6 أقدام من الآخرين

ارتد غطاء وجه خارج المنزل

اغسل يديك عند العودة إلى المنزل

تجنب النوم في نفس الغرفة

اعرف المزيد من على Mass.gov/StopCOVID19