

# Заштитете се себеси и вашето семејство

Покривајте ги устата и носот кога кашлате и кивате



1

**ПОКРИЈТЕ** ги устата и носот со хартиено шамиче кога кашлате или кивате.

Употребеното хартиено шамиче фрлете го во **КАНТА** за отпадоци.

2



Ако немате хартиено шамиче, кога кашлате или кивате покријте ги устата и носот со горниот дел од ракавот или со лактот, **А НЕ СО РАЦЕТЕ**.



3

**МИЈТЕ** ги рацете со сапун и проточна вода. Темелно избришете ги рацете со хартиено шамиче за еднократна употреба или во апарат за сушење на рацете.

4



Останете без микроби и здрави