STOP THE SPREAD OF GERMS!

Hãy ngăn chặn vi khuẩn lây lan

- Ở nhà khi bị bệnh
- Dùng giấy lau che miệng khi hắt hơi hoặc ho
- Vứt giấy lau vào thùng rác ngay sau khi dùng
- Nếu không có giấy lau hãy ho hay hắt hơi vào phía trên cánh tay
- Rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây
- Tránh đưa tay chưa rửa lên mắt, mũi, miệng

- **Stay home when sick**
- **Cover your cough or sneeze with a tissue**
- **Dispose of tissue after use**
- **If you don't have a tissue, cough or sneeze into your upper sleeve**
- **Wash hands with soap and water for at least 20 seconds**
- **Avoid touching eyes, nose, and mouth with unwashed hands**

Arrêter la propagation des germes

- Restez à la maison lorsque vous êtes malade
- Couvrez votre toux ou éternuements avec un mouchoir
- Jetez le mouchoir après utilisation
- Si vous n'avez pas de mouchoir, toussez ou éternuez dans votre manche supérieure
- Lavez vos mains avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes
- Évitez de toucher les yeux, le nez et la bouche avec les mains non lavées

ጀርሞች እንዳይሰራጩ ለማስቆም

- በሚታመሙበት ጊዜ ቤት ይቆዩ
- በሚያስነጥሱበት ወይም በሚስሉበት ጊዜ በቲሹ ይሸፍኑ
- የተቀሙበትን ናፕኪን ይጣሉ/ያስወግዱ
- በሚስሉበት ወይም በሚያስነጥሱበት ጊዜ ቲሹ ከሌለ የላይኛው እጅጌዎን ይጠቀሙ
- ቢያንስ ለ 20 ሰከንዶች ያህል እጅዎን በሳሙና ይታጠቡ
- ባልታጠበ እጅ አይን ፣ አፍንጫ እና አፍ ከመንካት ይቆጠቡ

阻止細菌傳播

- 生病時待在家裡
- 用衛生紙遮掩咳嗽和噴嚏
- 丟棄使用過的衛生紙
- 若無衛生紙，以袖子上方遮掩咳嗽和噴嚏
- 以肥皂和清水洗手至少20秒
- 避免眼 ,鼻和嘴巴碰觸未清洗的手

세균을 퍼뜨리는 것을 멈춰주세요

- 아프면 집에서 쉬세요
- 기침이나 재채기를 할 때, 휴지로 막아주세요
- 사용한 휴지는 버려주세요
- 휴지가 없다면, 소매 윗부분에 기침이나 재채기를 하세요
- 비누와 물로 손을 20초 이상 닦으세요
- 씻지 않은 손으로 눈,코,입을 만지지 마세요.

Detenga la propagación de gérmenes

- Quédese en casa cuando esté enfermo
- Cubra su boca y nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar
- Tire a la basura el pañuelo desechable después de usarlo.
- Si no tiene un pañuelo desechable, al toser o estornudar cúbrase la boca y nariz con la parte interior de su codo.
- Lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca si no se ha lavado las manos.