

Jinsi ya Kuvaa Barakoa (sekunde 56)

Kuvaa barakoa kunasaidia kuzuia kuenea kwa COVID-19.

Vaa barakoa yako kwa njia sahihi:

- Nawa mikono kwa sabuni na maji kwa angalau sekunde 20 kabla ya kuvaa barakoa.
- Kwa kushikilia vitanzi vya masikio au kamba zake, hakikisha barakoa inafunika pua na mdomo na itoshee vizuri kwenye kidevu chako.
- Jaribu itoshee vizuri kwenye pande za uso wako.
- Hakikisha unaweza kupumua kwa urahisi na uvae barakoa muda wote utakapokuwa kwa umma.

Ili kujifunza zaidi, tembelea [c-d-c dot g-o-v slash coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus).