

פארהאלט די צעשפרייטונג פון גערמעס

העלפט פֿאַרמיידן די צעשפרייטונג פֿון אָטעם־קראַנקייטן ווי קאָוויד-19.



פֿאַרדעקט אייער הוסטן אָדער ניסן מיט אַ טישו, דאָן וואַרפֿט אַוועק די טישו אין דעם מיסטקאַסטן און וואַשט זיך די הענט.



בלייבט מינימום 6 פֿיס (די לענג פֿון אַן ערך 2 אָרעמס) פֿון אַנדערע מענטשן.



רייניקט און דיסינפֿיצירט אַביעקטן און אייבערפֿעלכן וואָס מען רירט אָן אַפֿט.



רירט נישט אָן אייערע אויגן, נאָז, און מויל.



ווען אין זענט צווישן מענטשן, דעקט אָפֿ אייער נאָז און מויל מיט אַ מאַסקע.



וואַשט זיך אייערע הענט אַפֿט מיט זיף און וואַסער פֿאַר מינימום 20 סעקונדעס.



בלייבט אין דער היים ווען איר זענט קראַנק, אַחוץ גיין צו קריגן מעדיצינישע הילף.