

CHUO KIKUU CHA DAR ES SALAAM



CHUO KIKUU KISHIRIKI CHA ELIMU MKWAWA

NAMNA YA KUJIKINGA NA VIRUSI VYA CORONA

Ugonjwa wa kuambukiza unaosababishwa na virusi vipya vya Corona (COVID-19) umeingia Nchini Tanzania. Kila mmoja anawajibu wa kujilinda na kumlinda mtu mwingine dhidi ya maambukizi ya ugonjwa huu. Zifuatazo ni dondoo za muhimu za namna ya kujikinga na virusi vya Corona:



Osha mikono yako mara kwa mara. Tumia sabuni ya maji au dawa za kuua vijidudu.



Ziba mdomo na pua kwa kutumia kitambaa safi wakati wa kukohoa au kupiga chafya.



Epuka kuwa sehemu yenye msongamano mkubwa wa watu.



Epuka kusogeleana na mtu ambaye ana kohoa au kupiga chafya.



Epuka kushika macho, pua au mdomo kwa mikono isiyo safi.



Epuka kushikana mikono, kukumbatiana na kubusiana.



Tumia kifunika mdomo na pua (mask) ukiwa kwenye mikusanyiko.



Iwapo una mafua makali, homa, kikohozi na kushindwa kuhema, nenda hospitali.

Kumbuka kila mtu bila kujali rangi, jinsia wala utaifa anaweza kuambukizwa virusi vya Corona. Ni vyema ukachukua tahadhari kujikinga na ukamkinga mtu mwingine. Tufuate miongozo na kanuni ili tubaki salama. Tunawatakia afya njema.

IMETOLEWA NA
OFISI YA UHUSIANO

19/03/2020