

10 Gợi ý để giảm tiếp xúc người và người 80%

Luôn luôn tồn tại khả năng bạn sẽ bị nhiễm hoặc lây nhiễm cho người khác corona virus.

Bảo vệ chính bạn và người thân bằng cách thay đổi hành vi bản thân.

Ref. 1

1 Thăm người quen

Qua mạng



2 Không đi mua sắm theo nhóm

Tránh giờ cao điểm



3 Chạy bộ

Chạy bộ theo nhóm

Lựa chọn thời gian và điểm điểm hợp lí



4 Trong tình huống không cần thiết

Lựa chọn mua sắm qua mạng



5 Tiệc tùng

Qua mạng




6 **Thăm khám từ xa**

Điều chỉnh giai đoạn thăm khám định kì



7 Thể dục thể thao

Cùng video



8 Ăn uống

Đem về hay dụng dịch vụ giao hàng



9 **Làm việc từ xa**

Để bảo vệ những cá nhân quan trọng, duy trì và vận hành bộ máy xã hội



10 Giao tiếp

Sử dụng khẩu trang



Tránh 3 khu vực:

1. Khu vực không thông thoáng
2. Khu vực đông đúc
3. Khu vực không đảm bảo khoảng cách

.Rửa tay

.Ho và hắt hơi đúng cách

.Thông thoáng phòng ốc

Đều quan trọng như nhau