

Kiwango cha 3cha tahadhari - ni nini unapaswa kufanya ili kukaa salama na kujiweka sawa tangu harehe 1/09/21

1. Kaa nyumbanikwenye Bubble yako



2. Watoto hujifunza nyumbani; watu wazima hufanya kazi nyumbani (isipokuwa wafanyakazi muhimu)



3. Weka mita 2 kutoka kwa wengine ikiwa itabidi utoke nje kwa vitu muhimu: kwa mufano; maduka makubwa (za shakula), duka za dawa



4. Vaa Barakowa (mask) ukitoka - lazima ufanye hivi katika Kiwango 3



5. Pima ikiwa una dalili za Covid-19 - hii inaweza kuwa:

- kikohozi. Joto la juu (angalau 38°C)
- kupumua kwa pumzi. Koo, kupiga chafya na pua
- kupoteza harufu kwa muda

Piga Simu kwa Healthline 0800611116 au Daktari Wako kwa ushauri



8. Osha mikono yako mara nyingi mara kwa mara.



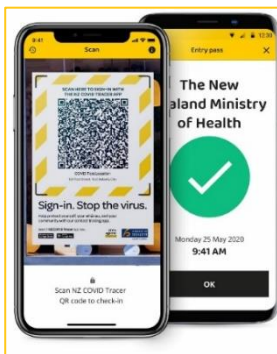
Kohowa au chafya kwenye kiwiko chako



9. Unaweza kutembea karibu na mtaa wako mara nyingi



6. Tumia skana ya nambari ya QR ukitoka



7. Akuna mikusanyiko isipokuwa mazishi, na harusi watu 10 tu



10. Unaweza kubofya na kisha kukusanya vitu muhimu: kununua bila mawasiliano

