

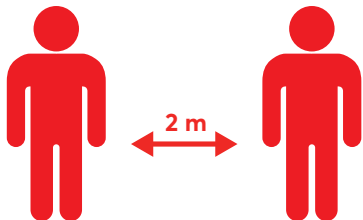
# Kā pasargāt sevi no koronavīrusa COVID-19?



Paliec mājās, neapmeklē sabiedriskas vietas un nebrauc ar sabiedrisko transportu



Pakalpojumus, konsultācijas un informāciju saņemt attālināti



Ievēro divu metru attālumu no citām personām



Regulāri mazgā rokas ar ziepēm un ūdeni vismaz 20 sekundes



Ar rokām nepieskaries sejas zonai (mutei, acīm vai degunam)



Šķaudi un klepo saliektā elkonī vai izmanto vienreizlietojamās salvetes