10
ข้อควรทำ...
ดูแลตัวเองให้ปลอดภัยจาก
COVID-19
1
ใส่หน้ากากอนามัย
2
ทานอาหารแบบสุก
ผ่านความร้อน
3
ใช้ช้อนกลางส่วนตัว
4
หมั่นล้างมือด้วยสบู่
หรือเจลแอลกอฮอล์
5
ไม่อยู่ใกล้ชิดผู้ป่วยไอ จาม
หรือมีอาการคล้ายไข้หวัด
6
หลีกเลี่ยงการอยู่
ในสถานที่แออัด
7
งดเดินทางไป
พื้นที่เสี่ยงโรคระบาด
8
ไม่นำมือมาสัมผัสตา
จมูก ปาก
9
ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น
10
1.5 - 2 เมตร
ยืนหรือนั่งห่างกัน
1.5 - 2 เมตร
ปภ.
กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
กระทรวงมหาดไทย
สายด่วนนิรภัย 1784
www.disaster.go.th