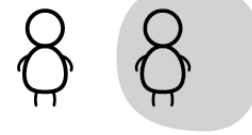
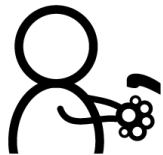


# Làm thế nào để tự cách ly với vi rút COVID-19

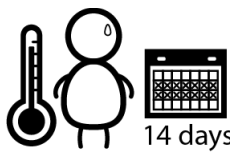


Nếu bạn bị nhiễm vi rút COVID-19, bạn sẽ dễ lây cho nhiều người khác – kể cả những người thân lớn tuổi hơn và hàng xóm. **Bạn có thể cứu nhiều người nếu bạn ở trong nhà.**

20 seconds



**Rửa tay thường xuyên, tránh chạm tay lên mặt.**

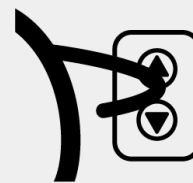


**Theo dõi các triệu chứng của bạn trong vòng 14 ngày**

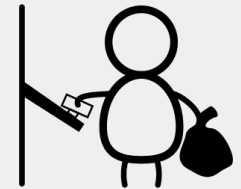


**Lau chùi và khử trùng nhà bạn thường xuyên**

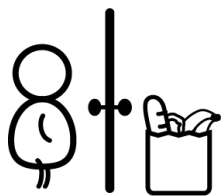
## Sống trong apartment hay condo?



**Dùng khuỷu tay hay khớp đốt tay để ấn nút thang máy**



**Dùng khăn giấy để mở đóng nắp máng đổ rác**



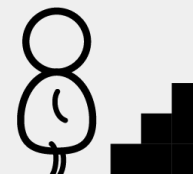
**Dùng các phương cách không tiếp xúc để đặt hàng và giao hàng chợ búa và thực phẩm**



**Thu xếp để làm việc ở nhà thay vì phải vô hăng nếu được**



**Chỉ liên lạc nhau qua điện thoại hay qua mạng xã hội**



**Sử dụng cầu thang nếu có thể**

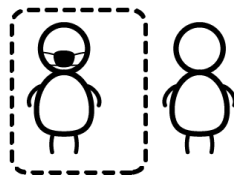


**Đẩy cửa tự động bằng khuỷu tay hay khớp đốt tay**

## Bạn phải làm gì khi đang bệnh và đang sống với những người khác?



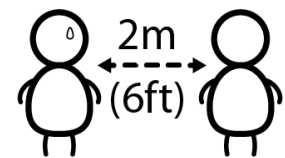
**Sử dụng ly tách và đĩa riêng biệt, lau rửa và khử trùng chúng thường xuyên**



**Sống ở các khu tách biệt và dùng phòng tắm riêng nếu có thể**



**Rửa tay trước và sau khi vuốt ve thú nuôi, hay tránh đừng vuốt ve chúng**



**Giữ khoảng cách 2 thước với người chung quanh, hay đeo khẩu trang**