

# Beskerm jouself en jou huis teen koronavirus

**Volg die 5 Goue Reëls vir Goeie Higiëne om die verspreiding van koronavirus te keer:**

1

**Was jou hande gereeld** met seep en water vir minstens 20 sekondes.



2

**Moenie met ongewaste hande aan jou gesig raak nie.**



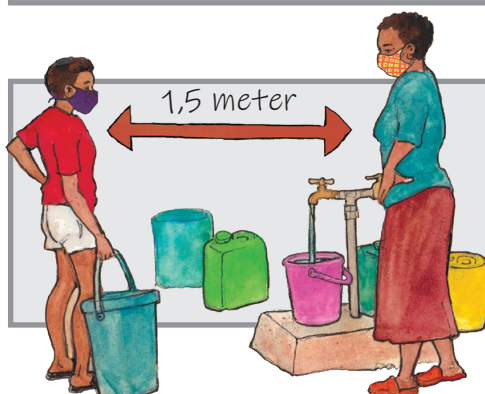
3

**Hoes of nies in jou elmboog** of 'n sneesdoekie. Gooi die sneesdoekie veilig weg.



4

**Bly 1,5 meter weg** van ander mense.



5

**Bly by die huis as jy siek voel.**  
Kontak 'n hulplyn of jou gesondheidswerker.

