



BUPATI PASAMAN

HIMBAUAN

**DALAM RANGKA KESIAPSIAGAAN INFEKSI CORONA VIRUS
MENGANTISIPASI PENYEBARAN INFEKSI CORONA VIRUS
DI KABUPATEN PASAMAN**

1. MENGHINDARI KONTAK DENGAN ORANG YANG SAKIT INFEKSI SALURAN PERNAFASAN.
2. MENERAPKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT TERUTAMA SELALU MENCUCI TANGAN DENGAN SABUN.
3. BANYAK MENGKONSUMSI SAYUR DAN BUAH, RAJIN MELAKUKAN AKTIFITAS FISIK SETIAP HARI.
4. MENGGUNAKAN MASKER DAN MEMPRAKTIKKAN ETIKA BATUK (JAGA JARAK, TUTUP MULUT DENGAN TISU, KAIN, ATAU LENGAN ATAS BAGIAN DALAM)
5. MEMERIKSAKAN DIRI KE PUSKESMAS TERDEKAT JIKA MENGALAMI GEJALA GANGGUAN SALURAN PERNAFASAN.
6. TETAP WASPADA JANGAN PANIK.

***" MENGHIMBAU KEPADA MASYARAKAT UNTUK TIDAK PANIK
NAMUN WASPADA DENGAN MENJAGA KESEHATAN DIRI "***

