



چەند شیرەتەك ژ بۆ خوەپاراستنێ ژ ڤایرۆسی کۆرۆنای



نها چ دەرزی ژ بۆ گرتنا ریی ل ڤی ڤایرۆسی نین، ئەف چەند
شیرەت ژ بۆ پاراستنا تە و مالباتا تە ژ تووشبوونا ب ڤی
ڤایرۆسی باشتەری رێ نه:



شووشتنا دەستان ب ئافی و سابوونی،
ب کیمی ڤه ژ بۆ دەما 20 چرکەیان
هەکەر سابوون ل بەر دەستین وه نه‌بوو،
هنگی جیلی پاكژکرنی ب کار بئینن

1



هەکەر دەستین وه ل جهیڤین گشتی ب
هەر تشتهکی کهفتن ئان ژ د دەما
ڤه‌گه‌ریانێ دا ژ بۆ مالی، دەستین خوه
بشۆن

2



بێ دەستشووشتن قهت دەستین خوه
نه‌کن ده‌ف و چاڤین خوه

3