

HOW DO I PROTECT MYSELF AND OTHERS?

¿COMO ME PROTEJO A MÍ MISMO Y A LOS DEMÁS?

PAANO KO PROTEKTAHAN ANG AKING SARILI ANG IBA?

តើខ្ញុំ ការពារ ខ្លួនខ្ញុំ និងអ្នកដទៃ យ៉ាងដូចម្តេច COVID-19



Wash your hands with soap for 20 seconds.

Lávese las manos con jabón.

Hugasan ang iyong mga kamay ng sabon.

លាងដៃរបស់អ្នក ជាមួយសាប៊ូ



Avoid close contact with people who are sick.

Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.

Iwasan ang paikipagsalamuha sa mga taong may sakit.

ជៀសវាងទំនាក់ទំនង ជិតស្និទ្ធជាមួយមនុស្សរងជំងឺ



Avoid touching your face.

Evite tocarse la cara.

Iwasan hawakan ang iyong mukha.

ជៀសវាងការ ប៉ះមុខរបស់អ្នក



Stay home if you are sick.

Quédese en casa si está enfermo.

Manatili sa bahay kung ikaw ay may sakit.

នៅផ្ទះ បើអ្នករងជំងឺ



Clean frequently touched surfaces.

Limpie las superficies frecuentemente.

Linisan ang madalas na hinahawakan na mga ibabaw.

លាងសំអាតកន្លែង ដែល ប៉ះពាល់ជាញឹកញាប់

For more information, visit:

Para más información, visite:

Para sa higit pang impormasyon, bisitahin ang:

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមមើលគេហទំព័រនេះ

(562) 570-INFO(4636)
longbeach.gov/COVID19

