

# การเว้นระยะห่างอย่างต่อเนื่อง ในการใช้ชีวิตประจำวัน



## หลักเกณฑ์พื้นฐาน

ต้องโทรหาก่อน 1339

ไปที่ศูนย์คัดกรองและตรวจสอบชั่วคราว Covid-19  
(ก่อนไป โรงพยาบาล)



ต้อง  
ใส่หน้ากาก



ให้เว้นระยะห่างกัน  
สองช่วงแขน



ล้างมืออย่างน้อย  
30 วินาที



การระบายอากาศ  
อย่างน้อย 3 ครั้งต่อวัน  
ฆ่าเชื้อโรคเป็นครั้งระยะ



หากคุณป่วยให้เข้ารับ  
การทดสอบอยู่บ้าน  
อย่าไปเจอคนอื่น



การห้ามสังสรรค์ส่วน  
ตัวมากกว่า 5 คน  
(จนกว่าจะแจ้งให้ทราบ)

ทุกคนสามารถรับการทดสอบ COVID-19

โดยไม่ระบุตัวตนได้ฟรี

แม้แต่ชาวต่างชาติที่ไม่ได้ลงทะเบียนก็ไม่ได้รับการแจ้งให้ตรวจคนเข้าเมือง