



Ndondolo nga tshifhinga tsha CORONA



## NDILA YA U THUSA MUTHU O KAVHIWAHO NGA COVID-19

### KHA VHA DITSIRELEDZE

Arali vha sa koni u ditsireledza, vha nga si kone u tsireledza muñwe muthu.

Vha songo kwama mulwadze.

Vha ambare mask arali vha tshi fanela u sendela tsini navho.

Vha țambe zwandā na u kuvha mask wavho musi vha tshi swika hayani.

### VHA VHA THUSE VHA KULE NAVHO



• Vha songo litsha u thusa, vha songo hangwa vhalwadze. Kha vha ite uri vha zwi ñvhe uri vha ðo vha thusa musi vha tshi vha shaya.



• Vha dzule vha tshi kwamana navho nga u rumela milaedza na u founelana navho.



• Vha vha thuse nga mishumo ine vha sa kone u ðiitela yone, u fana na u vha dzhiela mishonga kana u vha rengela zwiliwa.

• Arali vha tshi kona, vha vha bikele zwiliwa kana u vha fha zwithu zwa ndeme u fana na tshisibe.

• Zwiñwe na zwiñwe zwine vha vha fha, vha lingedze u tou zwi sia getheni kana muñangoni, u fhirisa u tou dzhena hune vha dzula hone.