

# COVID-19: How to Stay Safe and Healthy

written by Chandradip News | October 16, 2023



COVID-19: How to Stay Safe and Healthy : COVID-19 is a respiratory illness caused by the SARS-CoV-2 virus. It is spread through the air from person to person. To stay safe and healthy, you should follow these guidelines:

- Wash your hands frequently with soap and water for at least 20 seconds.
- Avoid close contact with people who are sick.
- Wear a face mask in public places.
- Stay home if you are sick.
- Get vaccinated against COVID-19.
- Practice good hygiene, such as covering your mouth and nose when you cough or sneeze.
- Avoid touching your face, especially your eyes, nose, and mouth.
- Disinfect frequently touched surfaces.
- Wash your clothes and bedding regularly.
- Use hand sanitizer if soap and water are not available.
- Wear gloves when you are around someone who is sick.
- Avoid sharing personal items, such as cups, glasses, and utensils.
- Stay up to date on your COVID-19 vaccinations.

COVID-19: How to Stay Safe and Healthy: COVID-19 is a respiratory illness caused by the SARS-CoV-2 virus. It is spread through the air from person to person. To stay safe and healthy, you should follow these guidelines:

- Wash your hands frequently with soap and water for at least 20 seconds.
- Avoid close contact with people who are sick.
- Wear a face mask in public places.
- Stay home if you are sick.
- Get vaccinated against COVID-19.
- Practice good hygiene, such as covering your mouth and nose when you cough or sneeze.
- Avoid touching your face, especially your eyes, nose, and mouth.
- Disinfect frequently touched surfaces.
- Wash your clothes and bedding regularly.
- Use hand sanitizer if soap and water are not available.
- Wear gloves when you are around someone who is sick.
- Avoid sharing personal items, such as cups, glasses, and utensils.
- Stay up to date on your COVID-19 vaccinations.

אנו רוצים להודיע לך על חדשות טובות ורעות. החדשות הטובות הן שאנחנו מאמינים בך, במה שאתה עושה, ובאנשים שאתה עובד איתם. החדשות הרעות הן שאנחנו צריכים לכתוב לך מכתב זה. אנחנו יודעים שאתה אדם שרואה את האפשרויות, את ההזדמנויות, ואת הפתרונות. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין בשינוי, באופטימיות, ובאנשים טובים. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין בבעלות, באחריות, ובאנשים טובים. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין בצמיחה, בלימודים, ובאנשים טובים. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין בעבודה קשה, בעמידה בלחץ, ובאנשים טובים. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין במצוינות, בפרפקציוניזם, ובאנשים טובים. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין במוטו שלנו: "אנחנו עושים את זה בצורה הטובה ביותר". אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין במוטו שלנו: "אנחנו עושים את זה בצורה הטובה ביותר". אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין במוטו שלנו: "אנחנו עושים את זה בצורה הטובה ביותר".

אנו רוצים להודיע לך על חדשות טובות ורעות. החדשות הטובות הן שאנחנו מאמינים בך, במה שאתה עושה, ובאנשים שאתה עובד איתם. החדשות הרעות הן שאנחנו צריכים לכתוב לך מכתב זה. אנחנו יודעים שאתה אדם שרואה את האפשרויות, את ההזדמנויות, ואת הפתרונות. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין בשינוי, באופטימיות, ובאנשים טובים. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין בבעלות, באחריות, ובאנשים טובים. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין בצמיחה, בלימודים, ובאנשים טובים. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין בעבודה קשה, בעמידה בלחץ, ובאנשים טובים. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין במצוינות, בפרפקציוניזם, ובאנשים טובים. אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין במוטו שלנו: "אנחנו עושים את זה בצורה הטובה ביותר". אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין במוטו שלנו: "אנחנו עושים את זה בצורה הטובה ביותר". אנחנו יודעים שאתה אדם שמאמין במוטו שלנו: "אנחנו עושים את זה בצורה הטובה ביותר".