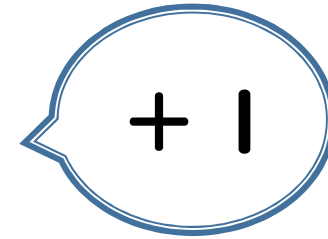


Untuk Melindungi Keluarga Anda  
**Perhatikanlah Hal-hal Berikut  
di Rumah**

# Empat Point



Jangan bawa  
virus ke rumah



Point 1

Cegah  
penyebaran  
virus di rumah



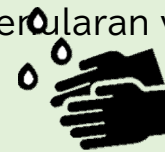
Point 2

Tetap jaga  
protokol  
kesehatan  
di dalam mobil



Point 3

Terapkan  
langkah-  
langkah  
pencegahan  
perularan virus



Point 4

Lawan virus  
corona dengan  
menjaga tubuh  
tetap sehat



+ 1

## Point 1

# Jangan bawa virus ke rumah

Beberapa contoh kasus penyebaran virus:

- Acara makan bersama dan kumpul keluarga / kerabat mengakibatkan penyebaran virus di rumah
- Pesta perayaan hari besar agama. Peserta yang ikut hadir kemudian menyebarkan virus di rumah



### Cara Pencegahan

- ✓ **Hanya makan bersama dengan keluarga atau orang-orang terdekat saja** dengan tetap menjaga protokol kesehatan



## Point 2

## Mencegah penyebaran virus di rumah

Beberapa contoh kasus penyebaran virus:

- Walaupun ada gejala seperti pilek, tapi tetap tinggal bersama dengan keluarga di ruangan yang sama dan dengan demikian menyebabkan penyebaran virus di rumah
- Bercakap-cakap dengan orang yang tidak biasa ditemui tanpa mengenakan masker (seperti tempat makan) dan menyebabkan penyebaran virus di rumah



### Cara Pencegahan

- ✓ **Mengatur waktu makan bergantian**
- ✓ **Gunakan ruangan terpisah**
- ✓ **Kenakan masker jika Anda harus berada di ruanganyang sama**



## Point 3

### Tetap jaga protokol kesehatan di dalam mobil

Beberapa contoh kasus penyebaran virus:

- Terkena virus corona saat bepergian dengan mobil bersama beberapa teman, kemudian menyebarkan virus di rumah



#### Cara Pencegahan

✓ **Pastikan pertukaran udara yang cukup**

(Biarkan udara luar masuk dan buka jendela)

✓ **Kenakan masker**



## Point 4

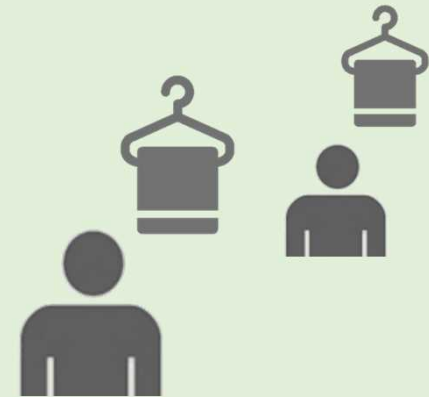
# Patuhi protokol kesehatan

Beberapa contoh kasus penyebaran virus:

- Tidak menjaga protokol kesehatan saat berada di rumah



- ✓ **Segera cuci tangan** saat kembali ke rumah dan sebelum makan
- ✓ **Jaga etiket saat batuk**
- ✓ **Jangan berbagi handuk**
- ✓ **Jaga sirkulasi udara** secara teratur
- ✓ **Disinfeksi bagian yang disentuh bersama**



Lawan virus corona dengan menjaga tubuh tetap sehat

+ 1

✓ Makan makanan bergizi dan istirahat yang cukup



✓ Lakukan olahraga secukupnya



✓ Hindari stres

