

ชีวิตวิถีใหม่ ชีวิตดีเริ่มที่เรารู้

สสส



ลดระยะเวลา
เมื่อออกนอกบ้าน



ลดความหนาแน่น
รักษาระยะห่างทางสังคม



นอนให้เพียงพอ



หมั่นล้างมือและ
สวมหน้ากากอนามัย



ออกกำลังกาย



ไม่สูบบุหรี่



กินอาหารที่มีคุณภาพ



ไม่ดื่มแอลกอฮอล์



ที่มา : นพ.ค่านวณ อึ้งชูศักดิ์ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ สสส. และผู้เชี่ยวชาญด้านระบาดวิทยา



อบต. โคกมั่งงอย ห่วงใย ร่วมใจ ต้านภัย COVID-19