

ከምንወዳቸው ሰዎች በመራቅ ሕይወትን እናደን

ይህም ከተለመደው ምግባራችን ተቃራኒ ቢሆንብንም ቅሉ ፤ የምንወዳቸውን ሰዎችና እራሳችን ለመጠበቅ ያልን አማራጭ ይህ ብቻ ነው



እጃችሁን በውኃና በሳሙና መታጠብን እዘውትሩ



ከቤታችሁ አትውጡ መውጣት የምትችሉት ምግብ ወይንም መደጋኒቶች ለመግዛት ብቻ ነው



ሕመም ከተሰማችሁ ከክፍላችሁ ተቀመጡ



ከመሰብሰብ ተቆጠቡ



አንድ ሰው ከሌላ ሰው የ 2 ሜትር እርቀት ይጠብቁ