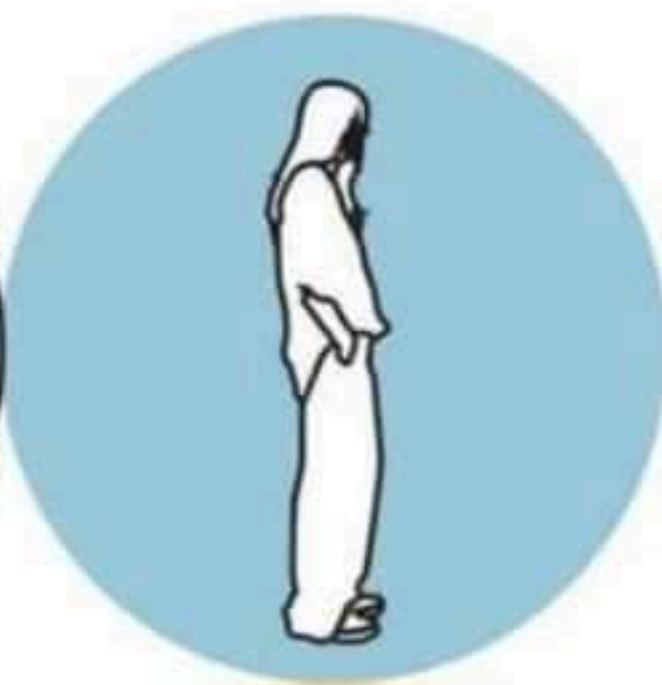


SOCIAL DISTANCING

ระยะห่างทางสังคม & 10 วิธีต้าน COVID-19



อย่าไปสถานที่ทำงาน โรงเรียน โรงพยาบาล
กิจกรรมกีฬา หรือพื้นที่ผสมอื่น ๆ



อย่ากอดหรือจูบ



ใช้การสื่อสารผ่านอินเทอร์เน็ต เรียนทางไกลแทน

เปลี่ยนพฤติกรรมสร้างสายสัมพันธ์

หลีกเลี่ยงพื้นที่ในห้องที่แออัด



หลีกเลี่ยงกิจกรรมที่
เกี่ยวข้องกับการโต้ตอบอย่างใกล้ชิด



หลีกเลี่ยงพื้นที่ต้องเข้าไปในสถานที่ปิด

เว้นระยะห่างการสื่อสารต่าง ๆ ที่เหมาะสม

อย่าจัดหรือเข้าร่วมการประชุม
หรือการประชุมขนาดใหญ่

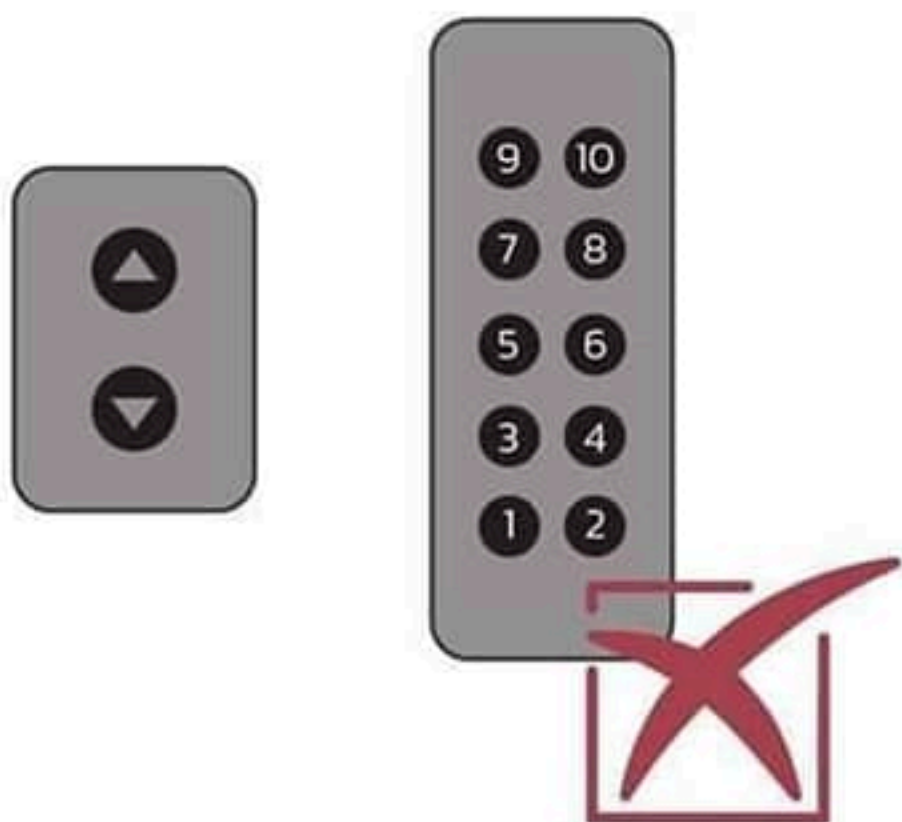


หลีกเลี่ยงชั่วโมงเร่งด่วนและสถานการณ์ใด ๆ
ที่มีแนวโน้มดึงดูดคนจำนวนมาก



ลองเผชิญหน้ากับสังคมที่มีคนน้อย

ระวังการใช้สิ่งของสาธารณะและพยายาม
หลีกเลี่ยงสิ่งที่คนอื่นสัมผัส



เปลี่ยนกำหนดการให้ห่างจากชั่วโมงเร่งด่วน

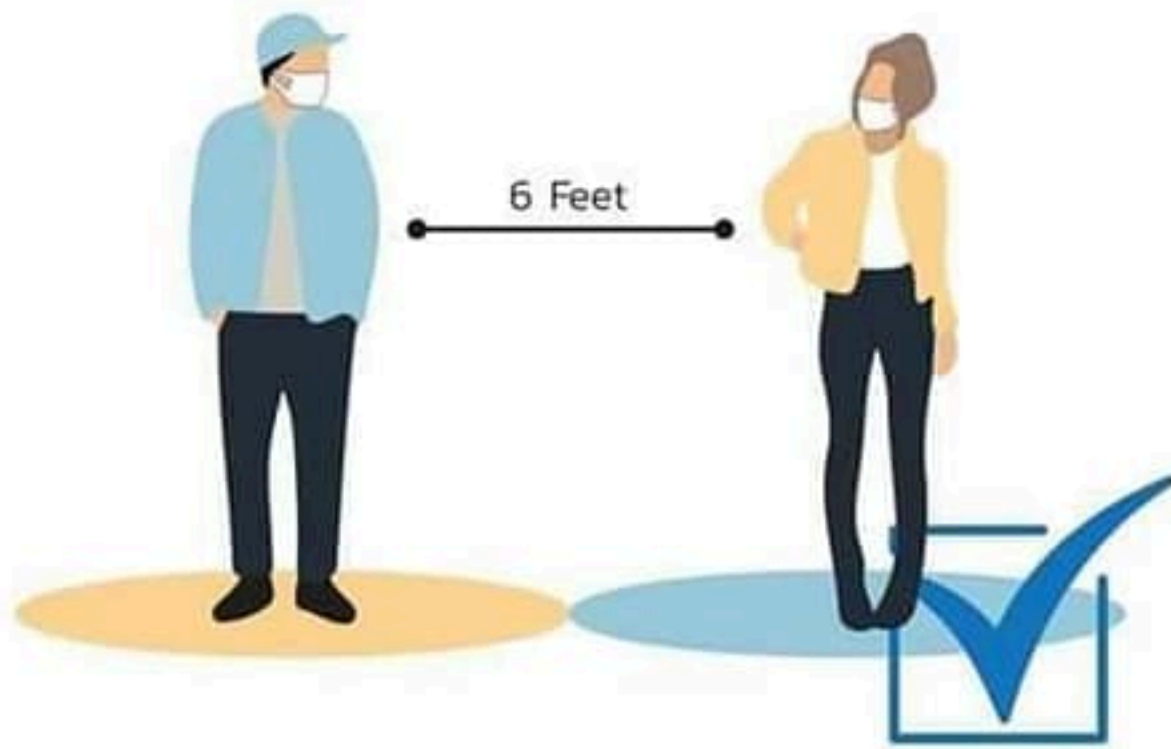
อย่าไปในสถานที่ที่จำเป็น เช่น ร้านขายของชำ
หรือห้องซักรีดรวม ในช่วงเวลาเร่งด่วน



เมื่อเจอสถานการณ์ที่ต้องสัมผัสบ่อยให้ล้างมือทันที

เลือกไปในเวลาทำงานหรือเช้าตรู่แทน

อย่าเข้าใกล้คนอื่นมากเกินไป



เว้นระยะ 6 ฟุต เสี่ยงการกระจายของเชื้อโรค

กักตัวอยู่ในบ้านให้มากที่สุด



จะลดโอกาสติดโรคน้อยลงเมื่อไม่ได้ออกไปข้างนอก

SOCIAL DISTANCING

