

# KOVIDI-19. Bani bomanya! Bani bokonzeka!

Vyalo vinandi-nadi nivyokhwasiwa na tudoyo ka korona vilasi.

► **Vimanyikwilo chomene chomene ni ivi:**



*Thupi kupya*



*Kupitilila kukhosomola  
na chifuba chanyowani*



*Kusuzikila kupema*

Tudoyo twa korona tutandazgika ngati uyo olwala okhosomola no  
thyesemula.

Bose tilina nchito yolesha tudoyo twa korona kutandazgika.

► **Bose tingachita ivi kuti tichingilizge matenda ya korona,  
tichite ivi sono!**

- Sambani mumaoko pafupi- pafupi na maji na sopo, sambani kupitilila pa makumi yabili ya ma sekondi.
- Muleke kukola mumeso, mumpuno na mumulomo.
- Khalani patali na banthu abo bofumila kumanyumba yanyake kupitilila pa mamita yabili.
- Jalani mulomo na mphuno pakukhosomola na ku thesemula.
- Kukolana vyasa yayi, penjani nthowa inyake yopasilanamo moni.
- Sungani malo yapachanya, mafoni, vikolelelo vyavijalo navinyake mazubayose , sukani na maji ya sopo.
- Muleke kupokelezgana vyakulya na vyakumwa na vyose ivyo nivyamunthu yumoza.

Ngati talondezga ivi nishi tazichingilizgza ise, na banja lithu  
ndiposo na bose banthu.