

# AYO, KITA CEGAH COVID-19

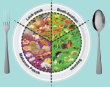
(Coronavirus Disease 2019)



## PESAN UNTUK PETANI



**Sering cuci tangan pakai sabun**



**Menjaga daya tahan tubuh** : makan dengan gizi seimbang, istirahat cukup, minum air putih minimal 8 gelas



**Tidak merokok**



**Pakai masker/penutup hidung dan mulut, sarung tangan dan alas kaki tertutup**



**Tidak bersalaman dengan orang lain**



**Bila batuk/bersin tutup mulut dan hidung dengan lengan bagian atas atau gunakan masker**



**Menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain pada saat bekerja di ladang**



**Jangan menyentuh wajah (hidung, mata, mulut) sebelum cuci tangan pakai sabun**



**Tidak menggunakan alat makan bergantian**



**Tidak kumpul-kumpul di warung, yuk di rumah saja**



**Jangan bekerja bila demam, batuk/pilek. Segera ke petugas kesehatan**

