



HOE VARSER HOE BETER.

Baie vars lug en goeie ventilasie help om ons teen Covid-19 te beskerm. Sorg asseblief dat jy baie van beide het sodat ons kan voortgaan.



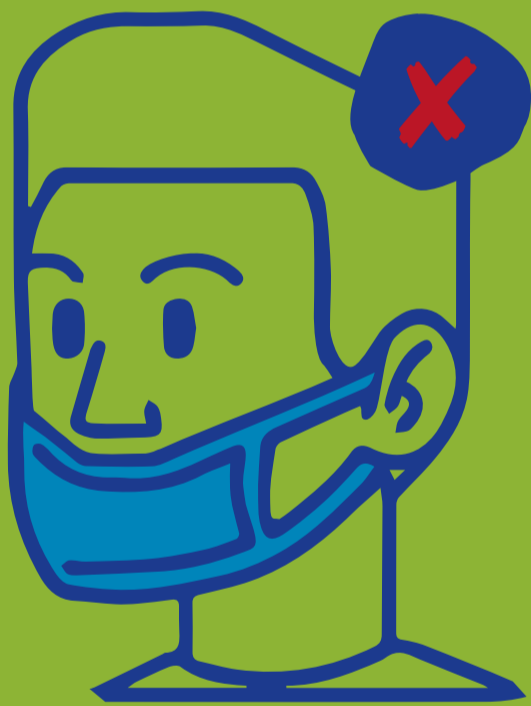
Wes-Kaapse
Regering

Gesondheid

Siek? Bly by die huis en skakel **080 928 4102**
of besoek **www.westerncape.gov.za**

NEUS

BETEKENEN NEE



Sorg dat jou masker jou neus en mond bedek -
dit sal help om jou en ander mense te beskerm
en ons laat voortgaan.

BLY VEILIG
GAAN
VOORT



Wes-Kaapse
Regering

Gesondheid

Siek? Bly by die huis en skakel **080 928 4102**
of besoek **www.westerncape.gov.za**



KLIM DIE TRAPPE EN BLY 'N STAPPIE VOOR.

Iets so eenvoudig soos om die trappe in plaas van die hysbak te gebruik, sal jou kanse vir blootstelling aan Covid-19 verminder - en help om jou algehele gesondheid te ondersteun.



Wes-Kaapse
Regering

Gesondheid

Siek? Bly by die huis en skakel **080 928 4102**
of besoek **www.westerncape.gov.za**



GESONDE KEUSES BETEKEN 'N LEKKERDER TOEKOMS.

As jy gesonder kos kies, sal dit jou immuunstelsel en algehele gesondheid ondersteun - en help om jou teen Covid-19 te beskerm sodat die lewe laat voortgaan. Waar moontlik, probeer om varser, minder verfynde kosse te kies asook opsies wat minder suiker en sout bevat.

BLY VEILIG

**GAAN
VOORT**



Wes-Kaapse
Regering

Gesondheid

Siek? Bly by die huis en skakel **080 928 4102**
of besoek **www.westerncape.gov.za**