



تدابير الوقاية من العدوى

- حافظ على مسافة آمنة من الآخرين
- استخدم كمامة عندما يصعب عليك الحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل بينك وبين الآخرين الذين لا يعيشون معك
- قلل من عدد الأشخاص الذين لديك اتصال اجتماعي بهم
- تجنب استخدام وسائل النقل العام خلال ساعات الذروة والازدحام
- غسل اليدين جيدا وبشكل متكرر

مسافة قليلة أو كبيرة أم ابتعاد تام؟

بالحفاظ على مسافة آمنة من الآخرين،
تتمكن من كبح كورونا (كوفيد-19)

إلى الذين يعتبرون وثيقي الاتصال أو
الذين كانوا على سفر وسيدخلون إلى
الحجر الصحي

- أنتم الذين تعيشون معًا يمكنكم الاختلاط بشكل طبيعي.
- لا تذهب إلى المدرسة أو العمل.
- لا تستقل وسائل النقل العام.
- يجب ألا تزور الآخرين أو تستقبل الزوار في المنزل.
- يمكنك الخروج للتمشي ولكن حافظ على مسافة آمنة من الآخرين
تزيد عن متر واحد.
- يمكنك القيام بالمهام الضرورية للاغاية في متجر البقالة أو الصيدلية.
- أو تلك الذين تعيش معهم ليسوا في الحجر الصحي.
- إذا ظهرت عليك أعراض عدوى الجهاز التنفسي، اعزل نفسك
واضع نفسك للاختبار.
- إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية، فيجب عليك التبديل إلى العزل
المنزلي.

نصائح لجميع السكان

- تذكر نظافة اليدين الجيدة واتباع آداب والسعال.
- يمكنك أنت و أصدقائك المقربين والأسرة الاختلاط كالمعتاد.
- حافظ على مسافة أكبر لا تقل عن متر واحد من الآخرين من غير أصدقائك المقربين وأفراد الأسرة.
- ابق في المنزل إذا ظهرت عليك أعراض عدوى الجهاز التنفسي.
- يجب أن تخضع للاختبار إذا كانت لديك أعراض مرض كوفيد -19.

إلى الذين ثبتت أو يحتمل إصابتهم بمرض
كوفيد -19 وتم وضعهم في العزل
المنزلي

- يجب عليك ألا تغادر المنزل.
- حافظ على مسافة آمنة من الآخرين في المنزل.
- استخدم غرفة وحمام منفصلين إذا أمكن.
- اغسل الأسطح بشكل متكرر.
- يجب أن يساعدك شخص ما في التسوق.
- اتفق مع طبيبك على كيفية مراقبة صحتك.
- يجب وضع من تعيش معهم في الحجر الصحي.