



كيفية الوقاية من عدوى كورونا المستجد:

غسل اليدين بالماء والصابون بانتظام



تغطية الفم والأنف عند السعال والعطس



طهي اللحوم والبيض جيداً



تجنب الاتصال المباشر مع أي شخص تظهر عليه
أعراض أمراض الجهاز التنفسي مثل السعال والعطس



آداب العطاس لتقليل العدوى



أو استخدم المرفق
عن طريق ثني الذراع



استخدم
المناديل الورقية
للعطاس أو الكحة



اغسل يديك بالماء
الدافئ والصابون



تخلص منها
بأسرع وقت



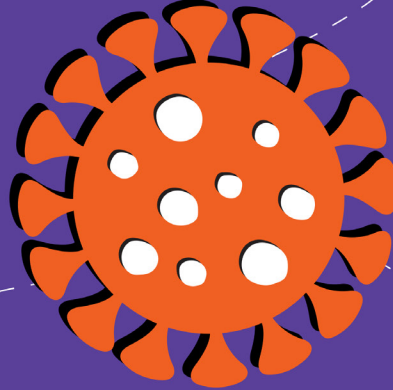
5 طهي الطعام بشكل جيد
مثل اللحوم والبيض



1 تجنب المخالطة اللصيقة
بشخص لديه أعراض
نزلة برد أو انفلونزا



4 تجنب التعامل الغير آمن
مع الحيوانات سواء
كانت برية أو في المزرعة



**خطوات رئيسية
لحماية من كورونا**



2 النظافة
الشخصية



3 اتباع آداب
العطس والسعال

الطريقة الأصح لغسل اليدين



وزع الصابون
على يديك



ادعك
الراحتين



افرك راحة اليدين
مع تشبيك الاصابع



ضع أصابع اليد اليمنى
مع راحة اليد اليسرى
وافرك ظهر الأصابع



افرك الابهام
براحة اليد



افرك اليد اليمنى
بحركة دائرية بحيث تتشبيك
أصابعها براحة اليد اليسرى

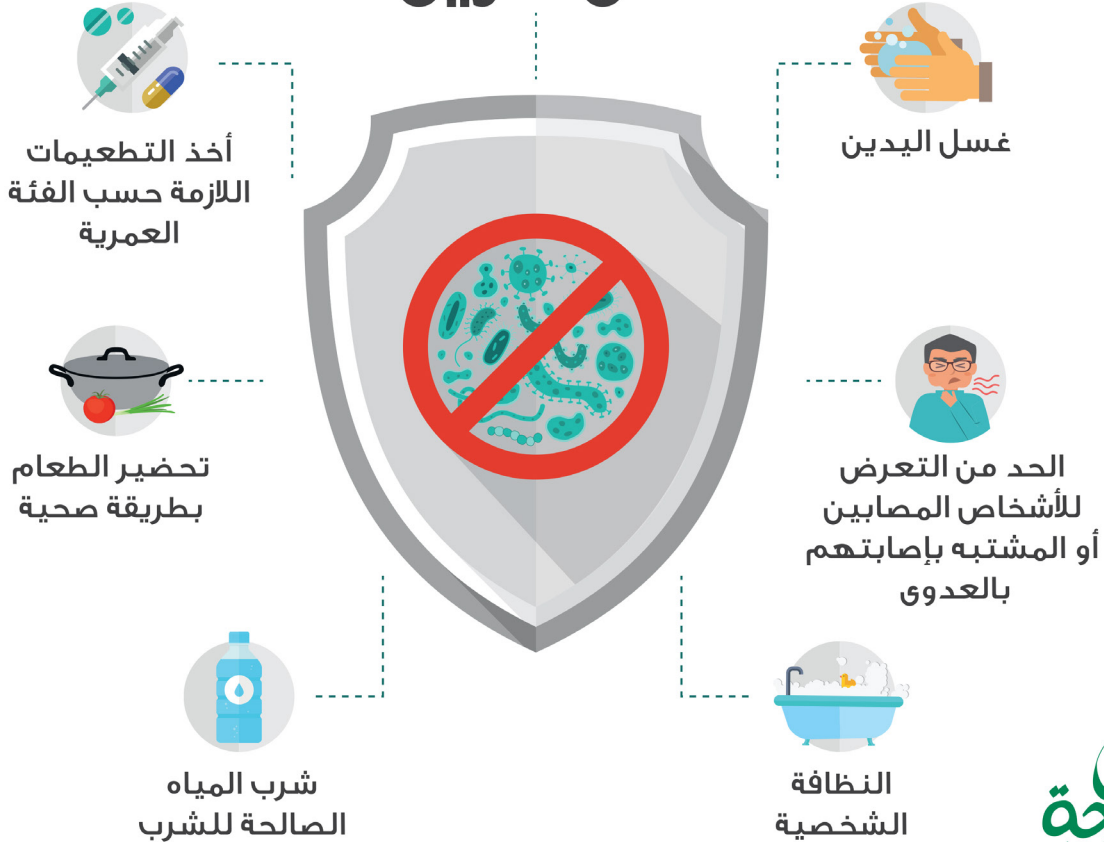


جفف اليدين



متى يجب
عليك
غسل
اليدين؟

يمكنك تقليل خطر انتقال العدوى عن طريق



عيش
بصحة
Live Well