

# أقفو انتشار الجراثيم

ساعد في منع انتشار أمراض الجهاز التنفسي مثل فيروس كورونا COVID-19.

خطِ فمك بمنديل ورقي عند السعال أو العطس،  
وتخليص من المنديل  
المستعمل في سلة القمامات.

تجنب الاحتكاك بالمرضى.



احرص على تنظيف وتطهير الأشياء  
والأسطح التي تلمسها باستمرار.



عندما تكون في الأماكن  
ال العامة، ارتدي قناعاً للوجه من  
القماش يغطي أنفك وفمك.



تجنب لمس عينيك وأنفك  
وفمك.



اغسل يديك بالماء والصابون بشكل  
متكرر لمدة 20 ثانية على الأقل.



الزم البقاء في المنزل  
ولا تخرج إلا لتلقي الرعاية الطبية.