

حماية نفسك والآخرين



تغطية الفم

بمنديل ورقي أو داخل الكوع
عند السعال والعطس



غسل اليدين

دائماً بالماء والصابون أو
باستخدام معقم اليد



مسافة التباعد الفعلي

حافظ على الابتعاد مسافة 1.5 متراً
على الأقل من الآخرين حيثما أمكن



البقاء في المنزل إذا كنت مريضاً وقم بالفحص

حتى مع أعراض البرد الخفيفة أو
ما شابه أعراض الأنفلونزا



الحصول على التطبيق

ليساعد على تحديد الأشخاص
الذين تعرضوا لكوفيد-19



تنظيف الأسطح

وتطهير الأشياء بانتظام