



وزارة الصحة
Ministry of Health



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

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



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

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

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health



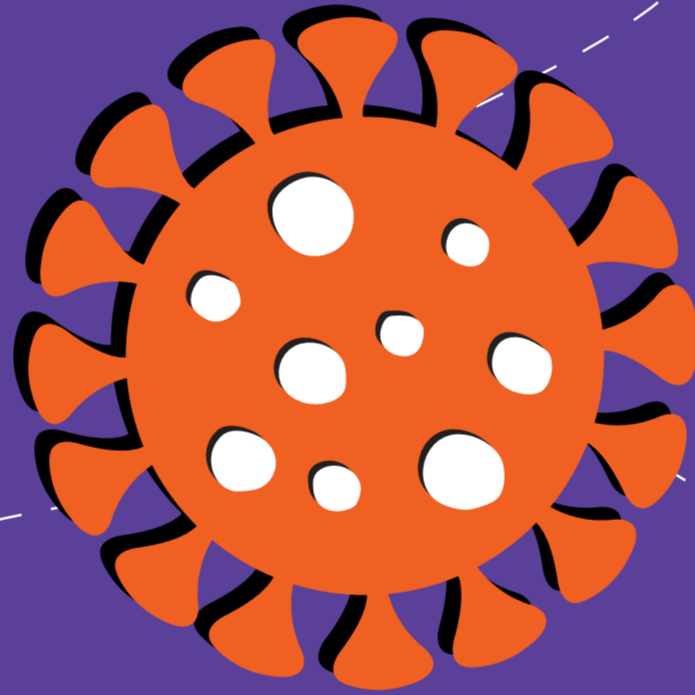
5 **طهي الطعام بشكل جيد**
مثل اللحوم والبيض



1 **تجنب المخالطة اللصيقة**
بشخص لدية أعراض
نزلة برد أو انفلونزا



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



خطوات رئيسية
للحماية من كورونا



2 **النظافة**
الشخصية



3 **اتباع آداب**
العطس والسعال

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

الطريقة الأصح لغسل اليدين



ضع أصابع اليد اليمنى
مع راحة اليد اليسرى
وافرك ظهر الأصابع



افرك راحة اليدين
مع تشبيك الاصابع



ادعك
الراحتين



وزع الصابون
على يديك



جفف اليدين



افرك اليد اليمنى
بحركة دائرية بحيث تتشبيك
أصابعها براحة اليد اليسرى



افرك الابهام
براحة اليد

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

يمكنك تقليل خطر انتقال العدوى عن طريق



أخذ التطعيمات
اللازمة حسب الفئة
العمرية



تحضير الطعام
بطريقة صحية



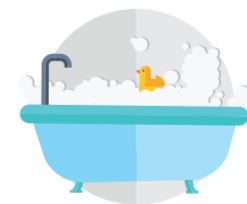
شرب المياه
الصالحة للشرب



غسل اليدين



الحد من التعرض
للأشخاص المصابين
أو المشتبه بإصابتهم
بالعدوى



النظافة
الشخصية

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



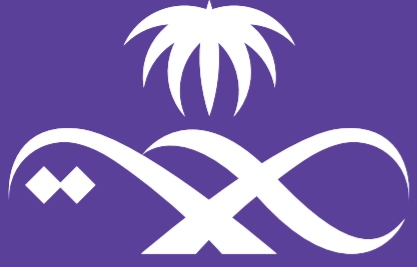
وزارة الصحة
Ministry of Health



متى يجب
عليك
غسل
اليدين؟

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

الطلاب في سن المدرسة

أقل عرضة للإصابة
بفيروسات كورونا
عموماً من سواهم



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش
بصحة
Live Well