

مسافة قليلة أو كبيرة أم ابتعاد تامّ؟

سنكبح كورونا (كوفيد-19) بالحفاظ
على مسافة آمنة من الآخرين

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

- لا تذهب إلى المدرسة أو العمل
- لا تستقلّ وسائل النقل العام.
- تجنّب استقبال الزوار.
- يمكنك الخروج للتمشي ولكن حافظ على مسافة آمنة من الآخرين
تزيد عن متر واحد.
- يمكنك القيام بالمهام الضرورية للغاية في متجر البقالة أو الصيدلية.
- يمكن للأطفال مخالطة الآخرين في المنزل كالمعتاد، ولكن مع
الحفاظ على مسافة جيدة بين البالغين.
- أولئك الذين تعيش معهم ليسوا في الحجر الصحي.
- إذا ظهرت عليك أعراض عدوى الجهاز التنفسي، يجب عليك أن
تعزل نفسك وأن تخضع نفسك للاختبار.
- يجب عليك التبديل إلى العزل المنزلي إذا كانت نتيجة الاختبار
إيجابية.

نصائح لجميع السكان

- تذكر نظافة اليدين الجيدة واتباع آداب السعال.
- يمكنك أنت ومقربيك الاختلاط كالمعتاد.
- حافظ على مسافة جيدة لا تقل عن متر واحد من الآخرين من غير مقربيك.
- ابقّ في المنزل إذا ظهرت عليك أعراض عدوى الجهاز التنفسي.
- يجب أن تخضع للاختبار إذا كانت لديك أعراض مرض كوفيد-19.

إلى الذين ثبتت أو يُحتمل إصابتهم
بمرض كوفيد-19 وتمّ وضعهم في
العزل المنزلي

- يجب عليك ألا تغادر المنزل.
- ابقّ على مسافة آمنة من الآخرين في المنزل.
- استخدم غرفة وحمام منفصلين إذا أمكن.
- اغسل الأسطح بشكل متكرر.
- احصل على مساعدة من آخرين لشراء ما تحتاج إليه.
- اتفق مع طبيبك على كيفية متابعة حالتك الصحية.
- يجب وضع من تعيش معهم في الحجر الصحي.