

# فيروس كورونا

٢٠١٩ (كوفيد-١٩)

## كيف تحمي نفسك والآخرين من العدوى

اتبع هذه الممارسات الجيدة

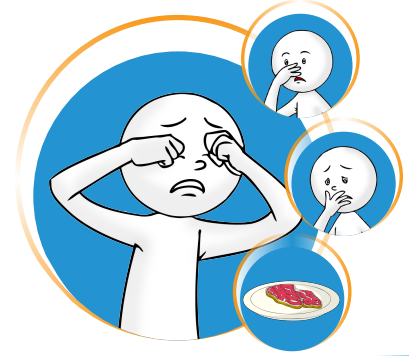
اغسل يديك جيداً بالماء الجاري والصابون لمدة ٢٠ ثانية أو أفركهما بمطهر يحتوي على ما لا يقل عن ٦٠% من الكحول.



عند السعال أو العطس، قم بتغطية الفم أو الأنف بالكوع المثني أو المنديل الورقي ويجب التخلص منه مباشرة بعد إستعماله، وغسل اليدين بالماء والصابون.



تجنب ملامسة العينين أو الأنف أو الفم.  
وتجنب تناول الطعام غير المطهي جيداً.



تواصل مع وزارة الصحة إذا كنت تعاني من أحد الأعراض التالية: حمى، سعال، وضيق التنفس وكنت قد سافرت إلى أحد البلدان الموبوءة

