

الأمراض التنفسية الحادة الإنفلونزا، الكورونا، أو غيرها من الفيروسات

كيف تحمي نفسك والآخرين



إطرح المنديل
بعد إستعماله في
القمامة فوراً



استخدم منديل ورقي
عند السعال أو
العطس



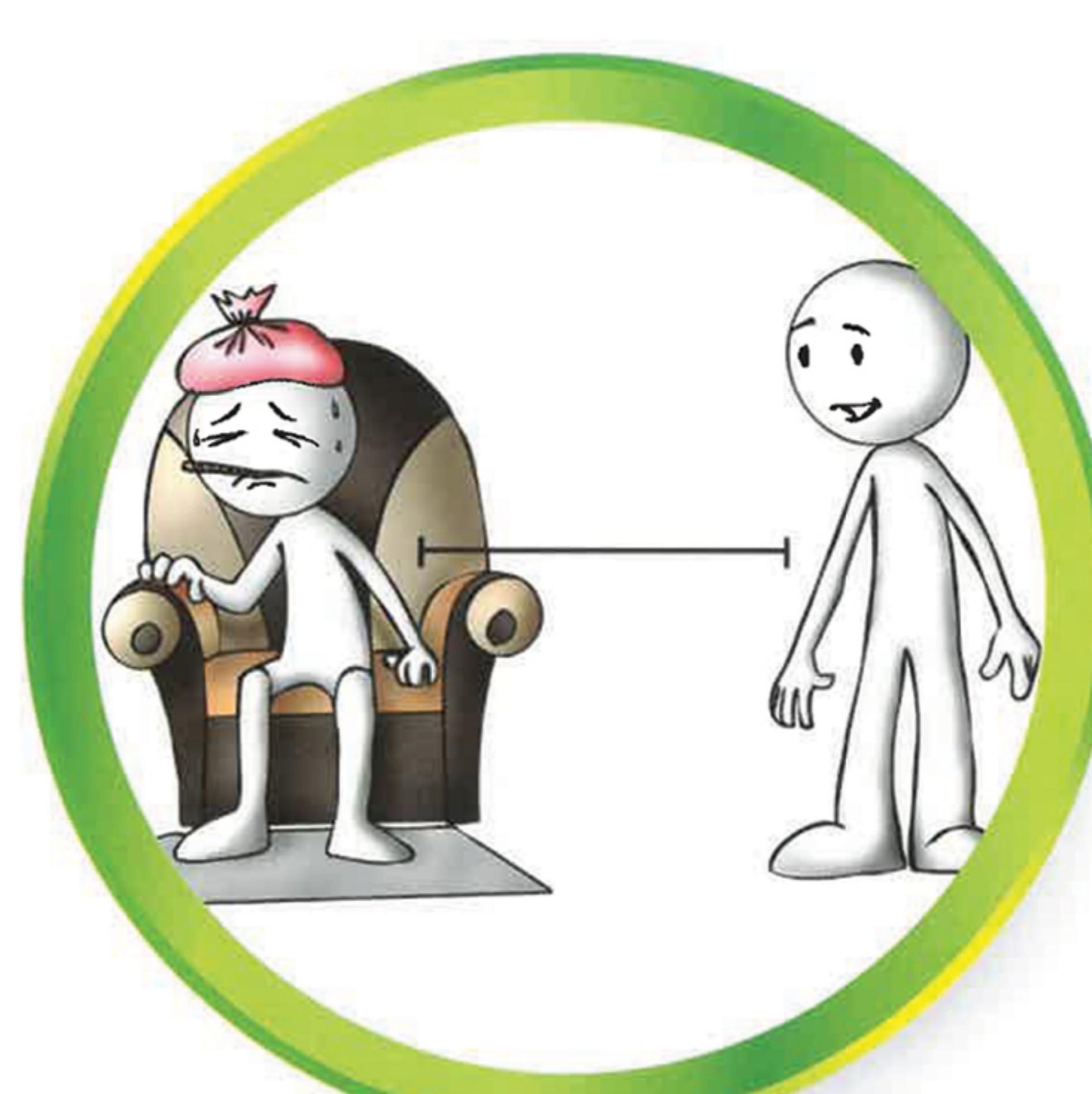
إذا كنت تعاني من
عوارض تنفسية حادة،
سارع بزيارة الطبيب



داوم على غسل يديك
بالماء والصابون



إذا كنت تعاني من
عوارض تنفسية حادة،
لا تغادر المنزل إلى العمل،
أو المدرسة، أو أية
أماكن مزدحمة



إذا كنت تعاني من
عوارض تنفسية حادة،
حافظ على مسافة لا تقل
عن متر عند تعاملك
مع الآخرين



إحذر لمس العينين أو
الأنف أو الفم دون
غسل اليدين



تجنب العناق والتقبيل
أو المصادفة عند تحيية
 الآخرين