

# منع انتشار كوفيد-19 (COVID-19)

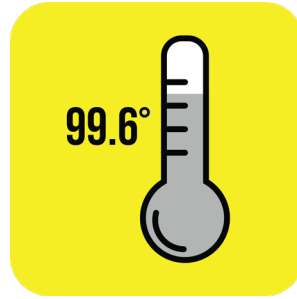
هناك خطوات بسيطة يمكنك اتخاذها للمساعدة في استواء المنحنى، بما في ذلك:



الحفاظ على بيئة  
عمل نظيفة،  
قم بتعقيم مكان  
عملك باستمرار



اغسل يديك كثيرًا  
بالصابون والماء لمدة  
20 ثانية



قم بقياس درجة  
الحرارة،  
ابق في المنزل  
إذا كانت درجة  
حرارتك 99.6 درجة  
فهرنهايت أو أعلى



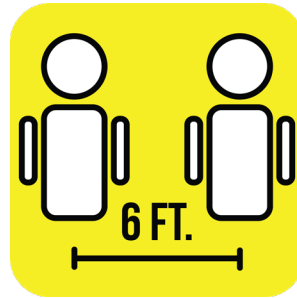
قم بتغطية  
فمك وأنفك أثناء  
السعال والعطس  
عن طريق ثني  
المرفق أو استخدام  
المناديل الورقية



ارتد الأدوات  
المناسبة، مثل  
القفازات، لحماية  
نفسك والآخرين



لا تصافح باليدين،  
قم بالسلام  
بطريقة أخرى



الحفاظ على  
المباعدة  
الاجتماعية، حافظ  
على مسافة 6  
أقدام أو أكثر بينك  
وبين الآخرين



لا تلمس وجهك