

التحكم في الخروج من المنزل والدخول إليه لتفادي نقل وباء كورونا كوفيد19



مغادرة المنزل

ألبس سترة أو ملابس ذات أكمام طويلة

لا تلبس الإكسسوارات كالأساور، الخواتم وحلق الأذن

عندما تريد لبس قناع الوجه، ألبسه وفت خروجك من المنزل مباشرة

تجنب إستخدام المواصلات العامة

استخدم المناديل الورقية عند لمس الأسطح خارج المنزل

قم برمي المناديل المستخدمة في سلة المهملات

استخدم مرفق اليد أثناء العطس أو السعال

تجنب، قد بالإمكان، الدفع نقدا

عند ملامسة أي شئ خارج المنزل أغسل يديك جيداً أو أستخدم المعقم

لا تلمس وجهك إلا بعد غسل اليدين جيداً

احتفظ على الأقل بمسافة 1 متر بينك وبين اي شخص تلقيه خارج المنزل

دخول المنزل

لا تلمس أي شئ عند دخولك المنزل

أخلع حذائك قبل الدخول إلى المنزل

ضع حقيبتك، محفظتك، مفاتيحك، الخ.. بجانب باب المنزل

أذهب مباشرة للإغتسال

أخلع ملابسك فوراً وضعها في سلة الغسيل

في حالة عدم تمكنك من الإغتسال، قم بغسل أعضاء جسمك المكشوفة بالماء والصابون

قم بتنظيف الهاتف المحمول والنظارات باستخدام الكحول أو المُعقم

أعمل على تعقيم كل الأشياء التي أحضرتها من الخارج