

إستراتيجيات المحافظة على المسافة الآمنة



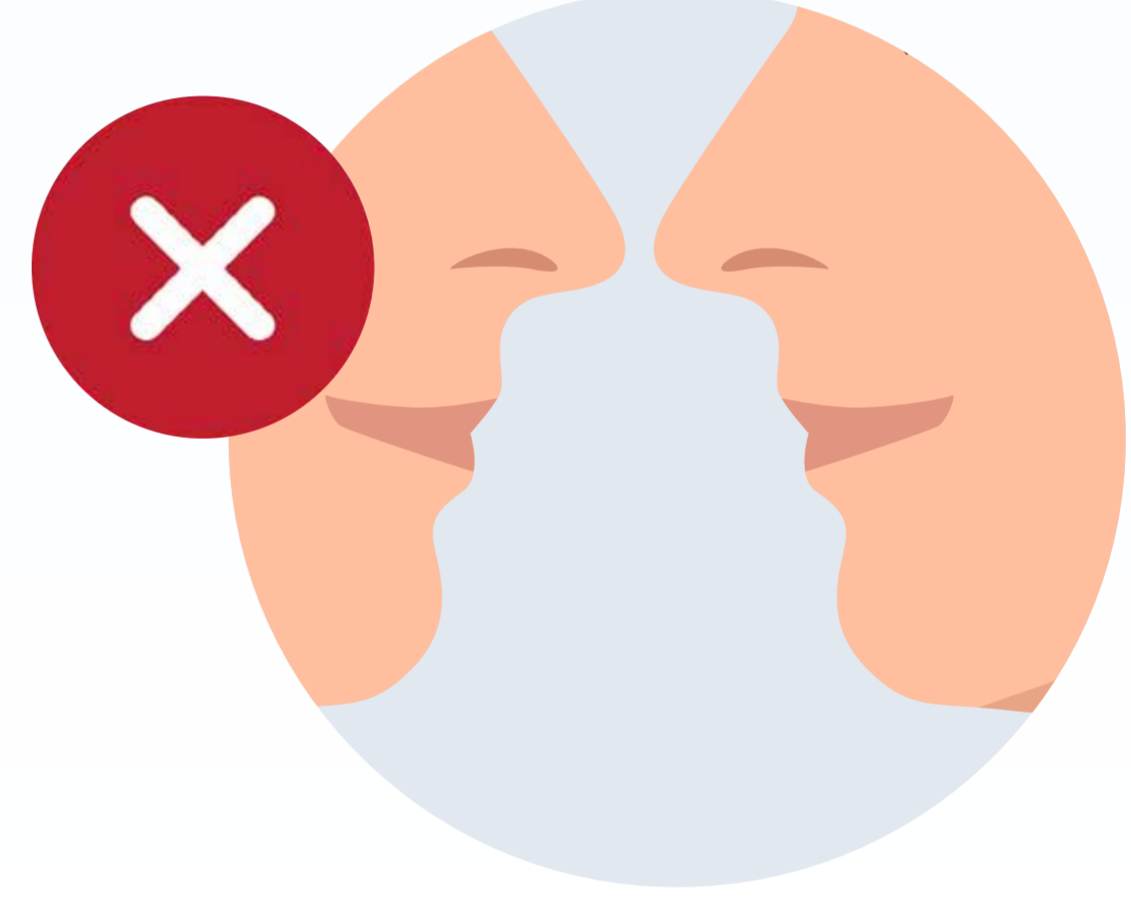
حافظ على مسافة لا تقل عن
متر واحد (3 أقدام) بينك وبين أي شخص
يقوم بالعطس أو السعال.



تجنب
السلام باليد والاكتهاء
بإلقاء التحية



تجنب
العناق أو تقبيل
الآخرين



عدم
السلام بالأنف



تجنب الاختلاط
بالناس أو حضور
المجالس العامة



تغطية الأنف والفم عند
العطس بباطن الكوع أو
باستخدام منديل بدلا من اليد



غسل اليدين
كثيراً بالماء
والصابون

SOCIAL DISTANCING STRATEGIES



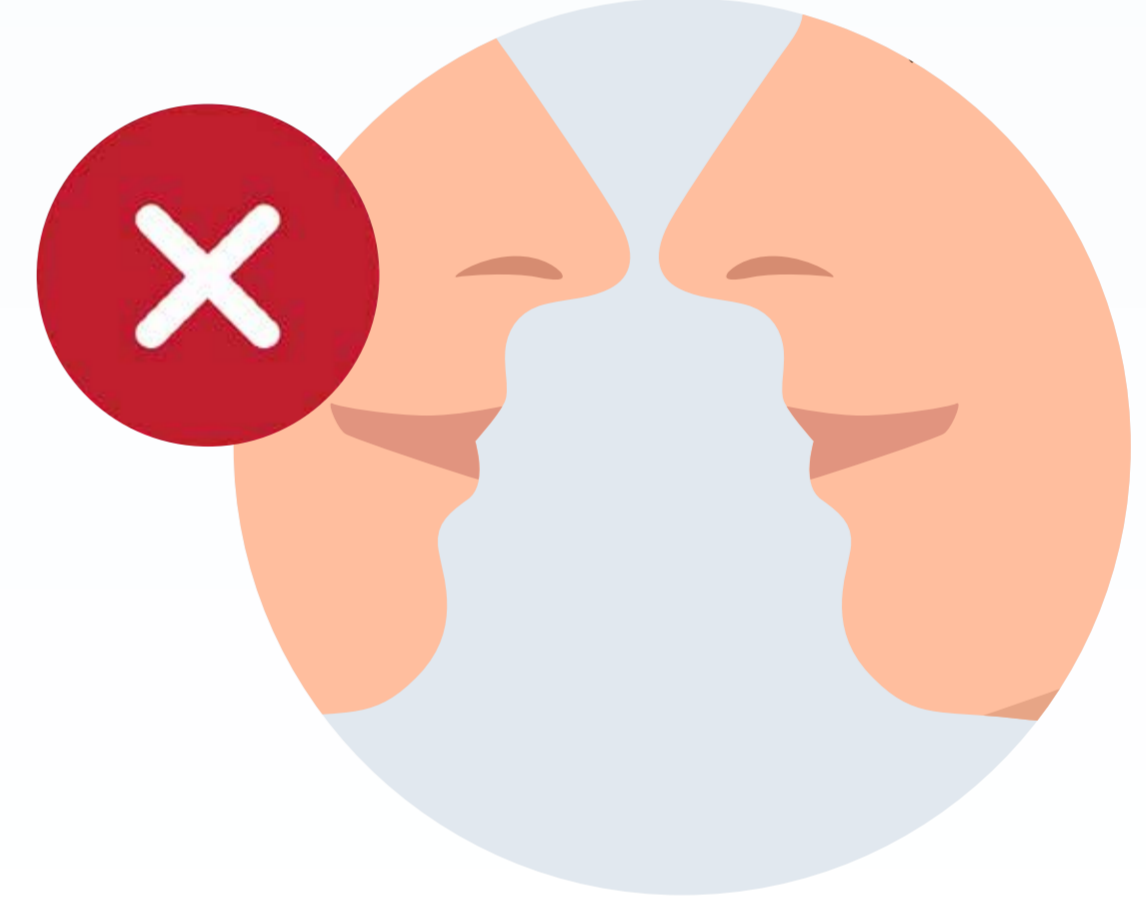
Maintain at least 1 metre (3 feet) distance between yourself and especially from anyone who is coughing or sneezing.



Avoid shaking hands and just wave



Avoid hugging or kissing others



Avoid nose-to-nose greeting



Avoid contact with people at public assemblies



Cover your mouth and nose with tissue or your sleeve when coughing or sneezing



Wash your hands with soap and water or use an alcohol-based sanitizer