

ساعدنا على إبقاء مدينتنا مفتوحة

إن اضطررت لمشاركة السيارة
مع آخرين، ارتد كمامة



تزيد قيادة السيارة مع زملاء العمل من خطر
تعرضك لكوفيد-19.

- ارتد كمامة واجلس بعيداً عن الآخرين قدر الإمكان.
- نظّف يديك قبل دخولك السيارة وبعد خروجك منها.
- عقم الأسطح الأكثر عرضة للمس في السيارة.

التق بأصدقائك وأقاربك
في الخارج



اللقاءات الاجتماعية الداخلية هي الطريقة
الأكثر تسبباً في انتشار فيروس كوفيد.

- مارس حياتك الاجتماعية في الخارج: تناول مشروباً قرب الموقد وقم بزيارة حديقة الحيوان واستمتع بمتنزهاتنا وحلبات التزلج.
- تجنب المناطق الخارجية المزدحمة.
- إن شعرت بتوعك، حتى ولو بأعراض طفيفة، لا تقابل أحداً في الخارج.

ابق في غرفة نوم منفصلة
إن كنت مريضاً



حتى لو كانت أعراضك طفيفة، اعزل نفسك
عن أفراد أسرتك كي لا يمرضوا.

- ابق ونم في غرفة نوم منفصلة.
- استخدم حماماً منفصلاً، إن كان ذلك ممكناً.
- عقم جميع الأسطح التي تلمسها.
- إن اضطررت للاقتراب من أفراد أسرتك لدقيقة أو دقيقتين، ارتد كمامة وحافظ على نظافة يديك.
- تناول الطعام في مكان منفصل ولا تشاركهم طعامك أو أوانيهم.