

ما هو كوفيد-19؟ (COVID-19)

كوفيد-19 هو مرض يسببه فيروس جديد ينتشر من السعال والعطس. وقد ينتشر أيضًا من التنفس والتحدث. تشمل الأعراض الشائعة الحمى والسعال وصعوبة في التنفس. لن يعاني العديد من الأشخاص المصابين من أعراض، ولكنهم قادرين على نشر الفيروس.

احم نفسك وأحبائك

على الرغم من صعوبة تجنب بعض الأماكن المزدحمة ، مثل الملاهي ، حاول:

- تجنب المناطق المزدحمة والنقل العام
- ابق ستة أقدام بعيدا عن الآخرين
- لا تلمس وجهك
- اغسل يديك كثيرًا لمدة 20 ثانية في كل مرة
- إذا كنت تستطيع ، استخدم خيارات الطلبات السريعة للطعام
- البس قناعك طول الوقت

قد تحميك الأقنعة ، لكنها تساعد أيضًا في وقف انتشار الفيروس من الأشخاص المصابين ولكن لا يشعرون بالمرض. إذا شعرت بالمرض ، فقم بتبنيه مدير الحالة أو موظفي المأوى.



ما هو كوفيد-19؟ (COVID-19)

كوفيد-19 هو مرض يسببه فيروس جديد ينتشر من السعال والعطس. وقد ينتشر أيضًا من التنفس والتحدث. تشمل الأعراض الشائعة الحمى والسعال وصعوبة في التنفس. لن يعاني العديد من الأشخاص المصابين من أعراض، ولكنهم قادرين على نشر الفيروس.

احم نفسك وأحبائك

على الرغم من صعوبة تجنب بعض الأماكن المزدحمة ، مثل الملاهي ، حاول:

- تجنب المناطق المزدحمة والنقل العام
- ابق ستة أقدام بعيدا عن الآخرين
- لا تلمس وجهك
- اغسل يديك كثيرًا لمدة 20 ثانية في كل مرة
- إذا كنت تستطيع ، استخدم خيارات الطلبات السريعة للطعام
- البس قناعك طول الوقت

قد تحميك الأقنعة ، لكنها تساعد أيضًا في وقف انتشار الفيروس من الأشخاص المصابين ولكن لا يشعرون بالمرض. إذا شعرت بالمرض ، فقم بتبنيه مدير الحالة أو موظفي المأوى.



ما هو كوفيد-19؟ (COVID-19)

كوفيد-19 هو مرض يسببه فيروس جديد ينتشر من السعال والعطس. وقد ينتشر أيضًا من التنفس والتحدث. تشمل الأعراض الشائعة الحمى والسعال وصعوبة في التنفس. لن يعاني العديد من الأشخاص المصابين من أعراض، ولكنهم قادرين على نشر الفيروس.

احم نفسك وأحبائك

على الرغم من صعوبة تجنب بعض الأماكن المزدحمة ، مثل الملاهي ، حاول:

- تجنب المناطق المزدحمة والنقل العام
- ابق ستة أقدام بعيدا عن الآخرين
- لا تلمس وجهك
- اغسل يديك كثيرًا لمدة 20 ثانية في كل مرة
- إذا كنت تستطيع ، استخدم خيارات الطلبات السريعة للطعام
- البس قناعك طول الوقت

قد تحميك الأقنعة ، لكنها تساعد أيضًا في وقف انتشار الفيروس من الأشخاص المصابين ولكن لا يشعرون بالمرض. إذا شعرت بالمرض ، فقم بتبنيه مدير الحالة أو موظفي المأوى.



ما هو كوفيد-19؟ (COVID-19)

كوفيد-19 هو مرض يسببه فيروس جديد ينتشر من السعال والعطس. وقد ينتشر أيضًا من التنفس والتحدث. تشمل الأعراض الشائعة الحمى والسعال وصعوبة في التنفس. لن يعاني العديد من الأشخاص المصابين من أعراض، ولكنهم قادرين على نشر الفيروس.

احم نفسك وأحبائك

على الرغم من صعوبة تجنب بعض الأماكن المزدحمة ، مثل الملاهي ، حاول:

- تجنب المناطق المزدحمة والنقل العام
- ابق ستة أقدام بعيدا عن الآخرين
- لا تلمس وجهك
- اغسل يديك كثيرًا لمدة 20 ثانية في كل مرة
- إذا كنت تستطيع ، استخدم خيارات الطلبات السريعة للطعام
- البس قناعك طول الوقت

قد تحميك الأقنعة ، لكنها تساعد أيضًا في وقف انتشار الفيروس من الأشخاص المصابين ولكن لا يشعرون بالمرض. إذا شعرت بالمرض ، فقم بتبنيه مدير الحالة أو موظفي المأوى.



استخدام قناعك

- يجب أن يكون قناعك محكمًا حول أنفك وفمك ، وأن يغطي كليهما دون أن يصعب التنفس.
- اغسل يديك قبل وبعد نزع القناع بقليل. لإزالة القناع بأمان ، احرص على عدم لمس عينيك وأنفك وفمك.
- لا يجب وضع أقتعة الوجه القماشية على الأطفال دون سن الثانية ، أو أي شخص يعاني من صعوبة في التنفس.
- عندما لا تكون قيد الاستخدام ، قم بتخزين القناع في كيس ورق.



تنظيف قناعك

- إذا استطعت، قم بتنظيف قناع الوجه بقماش مرة في اليوم. تستطيع:
- ان تغلي القناع لمدة 10 دقائق في ماء مغلي.
 - اغسل القناع بالصابون. يمكنك وضعها في الغسالة - استخدم أعلى درجة حرارة. جفف بالهواء.

استخدام قناعك

- يجب أن يكون قناعك محكمًا حول أنفك وفمك ، وأن يغطي كليهما دون أن يصعب التنفس.
- اغسل يديك قبل وبعد نزع القناع بقليل. لإزالة القناع بأمان ، احرص على عدم لمس عينيك وأنفك وفمك.
- لا يجب وضع أقتعة الوجه القماشية على الأطفال دون سن الثانية ، أو أي شخص يعاني من صعوبة في التنفس.
- عندما لا تكون قيد الاستخدام ، قم بتخزين القناع في كيس ورق.



تنظيف قناعك

- إذا استطعت، قم بتنظيف قناع الوجه بقماش مرة في اليوم. تستطيع:
- ان تغلي القناع لمدة 10 دقائق في ماء مغلي.
 - اغسل القناع بالصابون. يمكنك وضعها في الغسالة - استخدم أعلى درجة حرارة. جفف بالهواء.

تحديثات في مدينة نيويورك: أرسل COVID إلى 692-692
www.nyc.gov/coronavirus
الخط الساخن لفيروس كورونا من وزارة الصحة في ولاية نيويورك: 3065-364-888-1

موارد مفيدة
أخرى

تحديثات في مدينة نيويورك: أرسل COVID إلى 692-692
www.nyc.gov/coronavirus
الخط الساخن لفيروس كورونا من وزارة الصحة في ولاية نيويورك: 3065-364-888-1

موارد مفيدة
أخرى

استخدام قناعك

- يجب أن يكون قناعك محكمًا حول أنفك وفمك ، وأن يغطي كليهما دون أن يصعب التنفس.
- اغسل يديك قبل وبعد نزع القناع بقليل. لإزالة القناع بأمان ، احرص على عدم لمس عينيك وأنفك وفمك.
- لا يجب وضع أقتعة الوجه القماشية على الأطفال دون سن الثانية ، أو أي شخص يعاني من صعوبة في التنفس.
- عندما لا تكون قيد الاستخدام ، قم بتخزين القناع في كيس ورق.



تنظيف قناعك

- إذا استطعت، قم بتنظيف قناع الوجه بقماش مرة في اليوم. تستطيع:
- ان تغلي القناع لمدة 10 دقائق في ماء مغلي.
 - اغسل القناع بالصابون. يمكنك وضعها في الغسالة - استخدم أعلى درجة حرارة. جفف بالهواء.

استخدام قناعك

- يجب أن يكون قناعك محكمًا حول أنفك وفمك ، وأن يغطي كليهما دون أن يصعب التنفس.
- اغسل يديك قبل وبعد نزع القناع بقليل. لإزالة القناع بأمان ، احرص على عدم لمس عينيك وأنفك وفمك.
- لا يجب وضع أقتعة الوجه القماشية على الأطفال دون سن الثانية ، أو أي شخص يعاني من صعوبة في التنفس.
- عندما لا تكون قيد الاستخدام ، قم بتخزين القناع في كيس ورق.



تنظيف قناعك

- إذا استطعت، قم بتنظيف قناع الوجه بقماش مرة في اليوم. تستطيع:
- ان تغلي القناع لمدة 10 دقائق في ماء مغلي.
 - اغسل القناع بالصابون. يمكنك وضعها في الغسالة - استخدم أعلى درجة حرارة. جفف بالهواء.

تحديثات في مدينة نيويورك: أرسل COVID إلى 692-692
www.nyc.gov/coronavirus
الخط الساخن لفيروس كورونا من وزارة الصحة في ولاية نيويورك: 3065-364-888-1

موارد مفيدة
أخرى

تحديثات في مدينة نيويورك: أرسل COVID إلى 692-692
www.nyc.gov/coronavirus
الخط الساخن لفيروس كورونا من وزارة الصحة في ولاية نيويورك: 3065-364-888-1

موارد مفيدة
أخرى