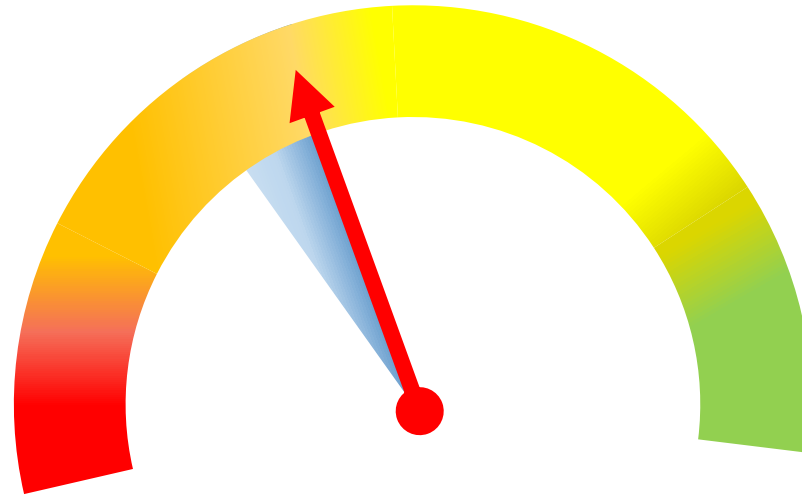


مؤشر الخطر لفيروس كورونا

وتوجيه المجتمع



في المنزل	خارج المنزل- مكان العمل،التواصل الاجتماعي، الاماكن العامة	عامه الناس
<ul style="list-style-type: none"> ● لا حاجة للتباعد مع الاشخاص الذين ليس لديهم أعراض، إلا إذا كانوا تحت الحجر الصحي نتيجة تعرضهم لشخص مصاب ● العزل- الذاتي للأشخاص الذين لديهم أعراض 	<ul style="list-style-type: none"> ● أبقى في المنزل لا تغادره الا في الاحتياجات الضرورية الشخصية كالذهاب للعمل، او الحصول على الرعاية الصحية والغذاء ● أبقى على مسافة 6 أقدام على الاقل عن الاخرين عندما تكون خارج المنزل ● أعمل من المنزل ● لا تلتقي بالأخرين 	التباعد الجسدي
<ul style="list-style-type: none"> ● لا حاجة للتباعد مع الاشخاص الذين ليس لديهم أعراض، إلا إذا كانوا تحت الحجر الصحي نتيجة تعرضهم لشخص مصاب ● أرتداء أغطية الوجه للأشخاص الذين لديهم الاعراض 	<ul style="list-style-type: none"> ● إرتد غطاء الوجه عندما تكون خارج المنزل او قريبا من الاخرين 	تغطية الوجه
<ul style="list-style-type: none"> ● غسل اليدين بشكل متكرر ولمدة لا تقل عن 20 ثانية. خصوصا بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة، العطاس / السعال / الوجه، او قبل تناول الطعام 	<ul style="list-style-type: none"> ● أغسل يديك بشكل متكرر ولمدة لا تقل عن 20 ثانية، خصوصا بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة، العطاس / السعال / لمس الوجه، او قبل تناول الطعام ● أستخدم معقم اليدين في حالة صعوبة او عدم التمكن من غسل اليدين 	غسل اليدين
<ul style="list-style-type: none"> ● فحص درجة حرارة الجسم يوميا ● المراقبة المستمرة لأعراض فيروس كورونا ● العزل- الذاتي للأشخاص الذين لديهم أعراض ● التواصل مع مقدم الرعاية الصحية في حالة المرض ● مراقبة الوضع الصحي لأي شخص معك في المنزل لديه أعراض مشابهة لأعراض فيروس كورونا 	<ul style="list-style-type: none"> ● إذا كانت لديك أعراض مشابهة لأعراض الانفلونزا او مشابهة لأعراض فيروس كورونا أبقى في المنزل ولا تغادره حتى للاحتياجات الأساسية الشخصية ● قلل من تواصلك مع الاشخاص الذين لديهم أعراض ● إفحص درجة حرارة الجسم يوميا في مكان العمل 	مراقبة المرض
<ul style="list-style-type: none"> ● تجنب أن تلمس يديك مباشرة الاسطح الكثيرة الملامسة ● أستخدم المنشفة الورقية او الملابس كعازل لتجنب لمس يديك مباشرة الاسطح الكثيرة الملامسة وذلك حين يصعب تجنب لمس هذه الاسطح ● أغسل يديك أو استخدم معقم اليدين بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة ● طهر كثيرا، خصوصا الاسطح الكثيرة الملامسة (الابواب/ المقابض /مفاتيح الاضاءة / أدوات الحمام) 	<ul style="list-style-type: none"> ● تجنب أن تلمس يديك مباشرة الاسطح الكثيرة الملامسة ● أستخدم المنشفة الورقية أو الملابس كعازل لتجنب لمس يديك مباشرة الاسطح الكثيرة الملامسة وذلك حين يصعب تجنب لمس هذه الاسطح ● أغسل يديك أو استخدم معقم اليدين بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة ● طهر كثيرا، خصوصا الاسطح الكثيرة الملامسة (الابواب / المقابض / مفاتيح الاضاءة/ أدوات الحمام) 	التطهير
<ul style="list-style-type: none"> ● بالنسبة للبالغين الذين تزيد أعمارهم عن 60 عاما، الأشخاص الذين لديهم أمراض مزمنة، والأخرين من السكان المعرضين لخطر شديد من فيروس كورونا : ● أبقى في المنزل ● اعتمد على المساعدة للحصول على الاحتياجات من خارج المنزل (البقالة، الادوية، وما الى ذلك) ● أبقى بعيدا عن اولئك الذين يعملون خارج المنزل 		السكان المعرضين للخطورة أو الفئات الضعيفة منهم

في المنزل	خارج المنزل- مكان العمل، التواصل الاجتماعي، الاماكن العامة	عامه الناس
<ul style="list-style-type: none"> ● لا حاجة للتباعد مع الاشخاص الذين ليس لهم أعراض الا اذا كانوا تحت الحجر الصحي نتيجة تعرضهم لشخص مصاب ● العزل- الذاتي للأشخاص الذين لديهم أعراض ● يمكن ممارسة الانشطة الخارجية مع أفراد الأسرة 	<ul style="list-style-type: none"> ● أبقى في المنزل لا تغادره الا في حالة ذهابك للعمل او لغرض الرعاية الصحية او الغذاء ● إبقى على مسافة 6 أقدام على الاقل عن الاخرين عندما تكون خارج المنزل ● واصل عملك من البيت قدر الأمكان ● ممارسة الانشطة الفردية خارج المنزل كالمشي، ركوب الدراجة، وغيرها. أمر مقبول ● تواصل مع عدد قليل جدا من الناس ● لا للتجمعات الكبيرة او المناسبات، لأكثر من 10 اشخاص 	التباعد الجسدي
<ul style="list-style-type: none"> ● لا يوصى بإرتداء أغطية الوجه في المنزل للأشخاص الذين ليس لديهم أعراض الا اذا كانوا تحت الحجر الصحي نتيجة تعرضهم لشخص مصاب ● إرتداء أغطية الوجه للأشخاص الذين لديهم أعراض 	<ul style="list-style-type: none"> ● يوصى بشدة إرتداء أغطية الوجه لأي شخص يزيد عمره عن عامين 	تغطية الوجه
<ul style="list-style-type: none"> ● غسل اليدين بشكل متكرر ولمدة لا تقل عن 20 ثانية، خصوصا بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة، العطاس/السعال / لمس الوجه، أو قبل تناول الطعام ● أستخدم معقم اليدين في حالة صعوبة او عدم التمكن من غسل اليدين 	<ul style="list-style-type: none"> ● أغسل يديك بشكل متكرر ولمدة لا تقل عن 20 ثانية، خصوصا بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة، العطاس/السعال / لمس الوجه، أو قبل تناول الطعام ● أستخدم معقم اليدين في حالة صعوبة او عدم التمكن من غسل اليدين 	غسل اليدين
<ul style="list-style-type: none"> ● فحص درجة حرارة الجسم يوميا ● مراقبة أعراض فيروس كورونا ● تواصل مع مقدم الرعاية الطبية في حالة المرض ● راقب الوضع الصحي لاي شخص معك في المنزل لديه أعراض مشابهة لأعراض فيروس كورونا 	<ul style="list-style-type: none"> ● إذا كانت لديك أعراض مشابهة لأعراض الانفلونزا او مشابهة لأعراض فيروس كورونا، أبقى في المنزل ● قلل من تواصلك مع الاشخاص الذين لديهم أعراض ● إفحص درجة حرارة الجسم يوميا في مكان العمل 	مراقبة المرض
<ul style="list-style-type: none"> ● تطهر كثيرا، خصوصا الاسطح الكثيرة الملامسة (الابواب المقابض، مفاتيح الاضاءة، أدوات الحمام) 	<ul style="list-style-type: none"> ● تجنب أن تلمس يدك مباشرة الاسطح الكثيرة الملامسة ● أستخدم المنشفة الورقية أو الملابس كعازل لتجنب لمس يدك مباشرة الاسطح الكثيرة الملامسة وذلك حين يصعب تجنب لمس هذه الاسطح ● أغسل يديك أو استخدم معقم اليدين بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة ● تطهر كثيرا، خصوصا الاسطح الكثيرة الملامسة (الابواب، المقابض، مفاتيح الاضاءة، وأدوات الحمام) 	التطهير
<ul style="list-style-type: none"> ● بالنسبة للأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 60 عاما، الاشخاص الذين لديهم أمراض مزمنة، وغيرهم من السكان المعرضين لخطر شديد من فيروس كورونا: ● أبقى في المنزل قدر الامكان ● أعتد على المساعدة للحصول على الاحتياجات من خارج المنزل (كالبقالة، الادوية، وما الى ذلك) ● أبقى بعيدا عن أولئك الذين يعملون خارج المنزل 	<ul style="list-style-type: none"> ● بالنسبة للأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 60 عاما، الاشخاص الذين لديهم أمراض مزمنة، وغيرهم من السكان المعرضين لخطر شديد من فيروس كورونا: ● أبقى في المنزل قدر الامكان ● أعتد على المساعدة للحصول على الاحتياجات من خارج المنزل (كالبقالة، الادوية، وما الى ذلك) ● أبقى بعيدا عن أولئك الذين يعملون خارج المنزل 	السكان المعرضين للخطورة أو الفئات الضعيفة منهم
في المنزل	خارج المنزل- مكان العمل، التواصل الاجتماعي، الاماكن العامة	عامه الناس

التباعد الجسدي	<ul style="list-style-type: none"> ● الاخذ بنظر الاعتبار البقاء في المنزل معظم الوقت, والحذر من السفر والعمل غير الضروريين ● أبتعد عن الآخرين مسافة 6 أقدام على الأقل عندما تكون خارج المنزل ● واصل عملك من البيت قدر الأمكان ● ممارسة الانشطة الفردية خارج المنزل كالمشي وركوب الدراجة وغيرها أمر مقبول ● أحذر من توسيع التواصل مع الآخرين، يفضل ممارسة الانشطة الخارجية ● تكون التجمعات وفقا للتعديلات التي تتعلق بفيروس كورونا ● تكون المناسبات وفقا لتوجيهات دائرة الصحة في مدينة لنكن مقاطعة لانكستر 	<ul style="list-style-type: none"> ● لا حاجة للتباعد مع الاشخاص الذين ليس لديهم أعراض، الا إذا كانوا تحت الحجر الصحي نتيجة لتعرضهم لشخص مصاب ● العزل- الذاتي للأشخاص الذين لديهم أعراض ● ممارسة الانشطة الخارجية بعيدا عن الآخرين أمر مقبول
تغطية الوجه	<ul style="list-style-type: none"> ● يوصى بإرتداء غطاء الوجه عندما يتعذر تطبيق التباعد الجسدي ● إرتداء أغطية الوجه للأشخاص الذين لديهم أعراض 	<ul style="list-style-type: none"> ● لا يوصى بإرتداء أغطية الوجه في المنزل للأشخاص الذين ليس لديهم أعراض، الا إذا كانوا تحت الحجر الصحي نتيجة لتعرضهم لشخص مصاب ● إرتداء أغطية الوجه للأشخاص الذين لديهم أعراض
غسل اليدين	<ul style="list-style-type: none"> ● أغسل يديك بشكل متكرر ولمدة لا تقل عن 20 ثانية، خصوصا بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة، العطاس/ السعال/ لمس الوجه، او قبل تناول الطعام ● أستخدم معقم اليدين في حالة صعوبة او عدم التمكن من غسل اليدين 	<ul style="list-style-type: none"> ● غسل اليدين بشكل متكرر ولمدة لا تقل عن 20 ثانية، خصوصا بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة، العطاس/ السعال/ لمس الوجه، أو قبل تناول الطعام
مراقبة المرض	<ul style="list-style-type: none"> ● إذا كانت لديك أعراض مشابهة لأعراض الانفلونزا او مشابهة لأعراض فيروس كورونا أبقى في المنزل ● قلل من تواصلك مع الاشخاص الذين لديهم أعراض ● إفحص درجة حرارة الجسم يوميا في مكان العمل 	<ul style="list-style-type: none"> ● مراقبة الاعراض التي تشبه أعراض فيروس كورونا
التطهير	<ul style="list-style-type: none"> ● تجنب أن تلمس يدك مباشرة الاسطح الكثيرة الملامسة ● أستخدم المنشفة الورقية أو الملابس كعازل لتجنب لمس يدك مباشرة الاسطح الكثيرة الملامسة وذلك حين يصعب تجنب لمس هذه الاسطح ● أغسل يديك أو أستخدم معقم اليدين بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة ● طهر كثيرا، خصوصا الاسطح الكثيرة الملامسة (الابواب, المقابض, مفاتيح الاضاءة, وأدوات الحمام) 	<ul style="list-style-type: none"> ● طهر كثيرا، خصوصا الاسطح الكثيرة الملامسة (الابواب, المقابض, مفاتيح الاضاءة. الحمامات)
السكان المعرضين للخطورة او الفئات الضعيفة منهم	<ul style="list-style-type: none"> ● بالنسبة للبالغين الذين تزيد أعمارهم عن 60 عاما، الاشخاص الذين لديهم أمراض مزمنة، وغيرهم من السكان المعرضين لخطر شديد من فيروس كورونا : ● أبقى في المنزل قدر الامكان ● أعتد على المساعدة للحصول على الاحتياجات من خارج المنزل (البقالة، الادوية، وما الى ذلك) ● أبقى بعيدا عن أولئك الذين يعملون خارج المنزل 	

عامة الناس	خارج المنزل- مكان العمل، التواصل الاجتماعي، الاماكن العامة	في المنزل
التباعد الجسدي	<ul style="list-style-type: none"> ● لا تحتاج لتطبيق التباعد، إستأنف العمل ومارس الحياة الاجتماعية بشكل طبيعي ● إستئناف السفر بشكل طبيعي مع الاخذ بعين الاعتبار وجهة السفر ونشاط فيروس كورونا 	<ul style="list-style-type: none"> ● لا حاجة للتباعد مع الاشخاص الذين ليس لهم أعراض الا إذا كانوا تحت الحجر الصحي نتيجة تعرضهم لشخص مصاب ● العزل- الذاتي للأشخاص الذين لديهم أعراض
أغطية الوجه	<ul style="list-style-type: none"> ● لا يجب على الاشخاص السلميين إرتداء أغطية الوجه ● إرتداء أغطية الوجه للأشخاص الذين لديهم أعراض فيروس كورونا 	<ul style="list-style-type: none"> ● لا يوصى بإرتداء أغطية الوجه في المنزل للأشخاص الذين ليس لديهم أعراض الا إذا كانوا تحت الحجر الصحي نتيجة تعرضهم لشخص مصاب ● يجب إرتداء أغطية الوجه للأشخاص الذين لديهم أعراض
غسل اليدين	<ul style="list-style-type: none"> ● أغسل يديك بشكل متكرر لمدة لا تقل عن 20 ثانية، خصوصا بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة، العطاس/ السعال/لمس الوجه، او قبل تناول الطعام ● أستخدم معقم اليدين في حالة صعوبة او عدم التمكن من غسل اليدين 	<ul style="list-style-type: none"> ● غسل اليدين بشكل متكرر لمدة لا تقل عن 20 ثانية، خصوصا بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة، العطاس/ السعال / لمس الوجه، او قبل تناول الطعام
مراقبة المرض	<ul style="list-style-type: none"> ● إذا كانت لديك أعراض مشابهة لأعراض الانفلونزا او مشابهة لأعراض فيروس كورونا أبقِ في المنزل ● قلل من تواصلك مع الاشخاص الذين لديهم أعراض 	<ul style="list-style-type: none"> ● كن حذرا من أعراض فيروس كورونا ● تواصل مع مقدم الرعاية الصحية إذا كانت لديك أعراض تشبه أعراض فيروس كورونا
التطهير	<ul style="list-style-type: none"> ● كن حذرا من إنتقال الجراثيم عبر الاسطح الكثيرة الملامسة ● ضم ممارسة التطهير ضد فيروس كورونا على الاسطح الكثيرة الملامسة ● تجنب أن تلمس يدك مباشرة الاسطح الكثيرة الملامسة ● أستخدم المنشفة الورقية أو الملابس كعازل لتجنب لمس يدك مباشرة الاسطح الكثيرة الملامسة وذلك حين يصعب تجنب لمس هذه الاسطح ● إغسل يديك أو أستخدم معقم اليدين بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة ● التطهير الطبيعي، خصوصا الاسطح الكثيرة الملامسة (الابواب/ المقابض/مفاتيح الاضاءة/ أدوات الحمام) 	<ul style="list-style-type: none"> ● زيادة الحذر من انتقال الجراثيم عبر الاسطح الكثيرة الملامسة ● ممارسة التطهير، مع الاخذ بعين الاعتبار تعقيم الاسطح الكثيرة الملامسة (الابواب/ المقابض، مفاتيح الاضاءة، الحمامات)
السكان المعرضين للخطورة او الفئات الضعيفة منهم	<ul style="list-style-type: none"> ● بالنسبة للبالغين الذين تزيد أعمارهم عن 60 عاما، الاشخاص الذين لديهم أمراض مزمنة، وغيرهم من من السكان المعرضين لخطر شديد من فيروس كورونا: ● ليس عليك البقاء في البيت معظم الوقت، ولكن عليك الاستمرار بتطبيق التباعد الجسدي في الاماكن العامة قدر الامكان ● أحرز من توسيع التواصل مع الاخرين. الأنخراط المجدد في التجمعات الصغيرة، يفضل ممارسة الأنشطة الخارجية ● تجنب التجمعات الكبيرة والمناسبات مع أعداد كثيرة من الناس 	