



وزارة الرفاه الاجتماعي
والخدمات الاجتماعية
حضانة اجتماعية لإسرائيل



نحافظ على الصحة الحذر من فيروس كورونا

الفيروس هو كائن حي الذي لا يرى بالعين المجردة وقد يسبب الأمراض. نود أن نحافظ على صحتنا وسلامتنا من الأمراض مثل الكورونا، لذلك علينا إتباع بعض التعليمات المهمة.

كيف نحافظ على سلامتنا وصحة اجسادنا من عدوى فيروس الكورونا؟

بموجب تعليمات وزارة الصحة

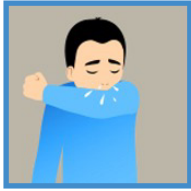
غسل اليدين جيدا بالماء والصابون



- قبل وبعد تحضير الطعام
- قبل وبعد تناول الطعام
- بعد استخدام الحمام
- بعد السعلة، العطس أو تنظيف الانف



- يجب حجب الفم والانف عند السعلة أو العطس بمحارم ملائمة وبعدها رمي المحرمة للقمامة.



- فيما لو لم تتوفر محارم الرجاء العطس بتغطية الانف بالكوع وليس بكف اليد

نحافظ على البيئة المحيطة نظيفة

يجب تنظيف البيئة المحيطة بنا:



- يجب ان نهتم بتنظيف كل المسطحات في البيت: المجلى، طاولة الطعام، طاولة المكتب، طاولة العمل.
- يجب ان نتهم بتنظيف شتى الادوات المستخدمة بشكل يومي مثل: الهاتف، فرشاة الاسنان، الملابس.



الحفاظ على تهوية البيت وادخال الهواء النظيف وفتح الشبابيك او الابواب قدر المستطاع رغم برودة الطقس.



إن شعرنا بوعكة او مرض يجب التزام البيت وعدم الخروج منه

- يجب علينا البقاء في البيت عند الشعور بالمرض وظهور علامات مثل : حرارة مرتفعة، سعال شديد، سيلان شديد من الانف.
- ممنوع مغادرة البيت إلى العمل
- ممنوع مغادرة البيت الى المدرسة
- ممنوع السفر في المواصلات العامة (مثل القطار والباص).

هكذا فقط نحافظ على سلامة صحتنا ونمارس الوقاية والحرص من فيروس الكورونا.