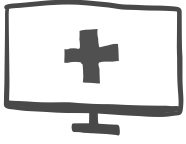


فيروس الكورونا: الأشخاص الضعفاء

بشكل عام



اطلب المزيد من المعلومات،
من المصادر الموثوقة، ليس
كل ما تقرأه وتسمعه
صحيحًا.



قم بالإجراءات.
اغسل يديك بانتظام، لا
تسلم باليد وتجنب الاتصال
الجسدي (اللمس).

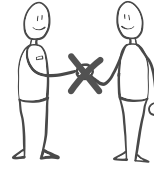


تجنب الانتشار.
اعطس واسعل في مرفقك،
اعمل في المنزل إن أمكن،
وابتعد عن الأماكن المزدحمة.



ابق في المنزل ما أمكن
ولا تخرج، خصوصا عند
الشكاوى والحمى.

الضعفاء



تجنب الاتصال. واختر لمنع
الاتصالات الاجتماعية. حدد
الزيارة ولا تركب النقل
العمومي.



طلب المساعدة أمر جيد.
الناس الآن يريدون أن
يساعدوا. اطلب إلى ما تحتاج



فكر مستقبلا.
إمدادات الأدوية كافية ومواد
غذائية؟



التعامل مع الوضع الحالي.
تحدث (عبر الهاتف) مع أحد
عن مشاعرك.