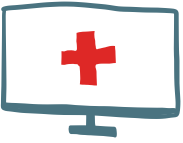


فيروس الكورونا: الأشخاص الضعفاء

بشكل عام

الضعفاء



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



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



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



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



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



فكر مستقبلاً.
إمدادات الأدوية كافية ومواد
غذائية؟



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



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