

أوقف انتشار الجراثيم التي تسبب في مرضك ومرض الغير!

# قم بتغطية فمك عند السعال



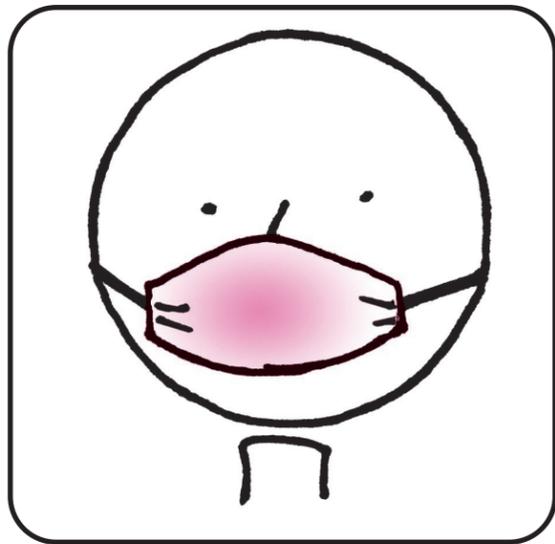
اسعل أو اعطس داخل أعلى كمالك، وليس في يديك.

غطي فمك وأنفك بمنديل ورقي عندما تسعل أو تعطس.

أو



ضع المنديل الورقي المستعمل في سلة المهملات.



قد يُطلب منك ارتداء قناع جراحي في الأماكن العامة. لا تقلق إذا شاهدت بعض العاملين أو غيرهم من الناس يرتدون أقنعه.

إنهم بذلك يمنعون انتشار الجراثيم.



استخدم منظف للأيدي به أساس كحولي.

اغسل يديك كثيرا بالصابون والماء أو



## اغسل يديك

بعد السعال أو العطس.

Cover Your Cough Arabic