



# كورونا

كيفية تجنب ذلك ، وكيفية التعامل معها



# وقف الوباء معا!

ICARE مع Gris غريس إمبليا رومانيا يادعوكم لوقف الوباء باستخدام جميع الوسائل المتاحة.

لوقف انتشار الفيروس من المهم استخدام جميع أدوات الوقاية المتاحة مثل:

- الاستخدام الصحيح للكمامة
- النظافة المنتظمة لليدين
- الابتعاد بين الأشخاص على الأقل 1 متر

## اللقاحات

تساعد الجهاز المناعي على التعرف ومنع الفيروس الذي يسبب الكورونا، بمنعه من التكاثر في جسمنا.

تأثير اللقاحات على جسمنا هو الحفاظ على الذاكرة الأجسام المضادة ضد كورونا لأطول فترة ممكنة.

هناك عدة أنواع من اللقاحات المصرح بها في أوروبا: على الرغم من أن يتصرفون بشكل مختلف، الجميع يساعدك على حماية نفسك!

## مزايا اللقاحات

- فعال: الدراسات العلمية تبين أن اللقاحات المضادة للكورونا فعالة جدا في تجنب التطوير
- مجانا: فهي حق للجميع!

اللقاحات ليست إلزامية، ولكنها لا غنى عنها لحماية غالبية السكان.

# حماية نفسك والآخرين: أشياء يجب القيام بها



تطهير  
مقابض و  
الأسطح



غسل اليدين دائما



الاحتفاظ على الأقل  
مسافة 1 متر

# أشياء لا يجب القيام بها



لا تعطس  
في قبضة اليد



لا تتبادل  
المصافحات



عدم حضور  
التجمعات



لا تخفض  
الكمامة  
للتحدث



لا تلمس  
الجزء الخارجي من  
الكمامة



لا تلمس وجهك  
بيدك

# كيفية وضع بشكل صحيح الكمامة

اغسل يديك جدا



ارتداء الكمامة  
مع الجزء الملون في الخارج  
والجزء المعدني على الأنف.  
غطاء الأنف والفم والذقن



إزالتها عن طريق أخذها من الأربطة المطاطية



غسل يديك بعد إزالتها



# أعراض الكورونا

- الحمى
- السعال
- التعب
- فقدان الذوق / الرائحة

## طفيف



- التهاب/وجع الحلق
- قلق والألم
- الصداع
- الإسهال
- عيون حمراء
- طفح جلدي

## متوسط



- ضيق في التنفس
- صعوبة في التنفس
- صعوبة في الكلام
- حالة الارتباك
- صعوبة في الحركة
- ألم في الصدر
- اتصل على 118

## خطير



# إذا كنت يشتبه بكورونا

## أو كورونا موجب ابقوا في المنزل!

- لا تذهب إلى العمل أو المدرسة أو الأماكن العامة
- أغسل يديك باستمرار بالماء والصابون أو مع محلول كحولي
- إذا أمكن، البقاء في غرفة معزولة مع إغلاق الباب، أو ارتداء الكمامة والحفاظ على المسافة الخاصة بك من الآخرين بمسافة 2 متر ، افتح دائما النافذة
- إذا كان ذلك ممكنا، استخدم حمامات منفصلة. إذا لم يكن ذلك ممكنا، يجب تنظيف بعد كل استخدام بالتبييض المخفف
- أغسل يديك جيدا قبل وبعد استخدام المراض

## أبلغ طبيبك الآن

### كيفية العناية

### من مريض كورونا

### إيجابية / المشتبه به في المنزل

- تأكد من أنه مستريح ويشرب ويأكل
- أضع دائما الكمامة عند الاقتراب منه
- أغسل يديك دائما بعد الاتصال مع الشخص المريض أو المشتبه به، مع الأطباق الخاصة له أو ملابسه.
- استخدام الأطباق المخصصة للشخص المريض أو المشتبه به وأغسلها بالماء الساخن والصابون
- طهر كل يوم السطوح التي المريض / المشتبه به ربما لمسها.
- أضع الملابس الداخلية للشخص المريض أو المشتبه في كيس مغلق جيدا، في انتظار أن تغسل
- أغسل الملابس والمناشف وشراشيف المرضى أو المشتبه بهم في 60 ° في الغسالة



## إبقاء على الاطلاع على المصادر الرسمية

<https://vaccinocovid.regione.emilia-romagna.it>

<https://vaccinocovid.regione.emilia-romagna.it/come-prenotare>

<https://www.salutelazio.it/nuovo-coronavirus>

<https://prenotavaccino-covid.regione.lazio.it>

<https://prenotavaccino.sanita.toscana.it/#/home>

<https://www.regione.toscana.it/-/vaccinazione-anti-covid-19>

<https://www.siciliacoronavirus.it>

Capofila



Partner

