

Stop

إنتشار الميكروبات التي تمرضك أنت والأخرين the Spread of Germs that make you & others Sick

امنع

أو قم بالعطس أو السعال عند
الكوع ولكن ليس في يديك
**OR Cough or sneeze into your
upper sleeve not your hands**



قم بتغطية فمك وانفك بمنديل
عندما تريد أن تعطس أو تسعل
**Cover your mouth and
nose with a tissue when
you cough or sneeze**

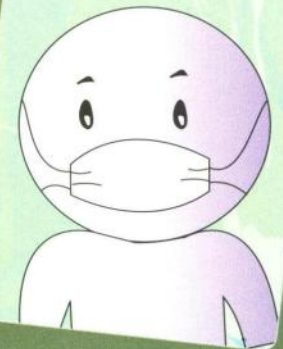
قم برمي المنديل المستخدم في
سلة المهملات .
**Put your used tissue in
the waste bin**



ثم اغسل يديك بالماء
والصابون
**Then wash hands with
soap and water**



إذا تواجدت داخل مؤسسة صحية فربما
يطلب منك بأن تضع قناعا طبيا وذلك
لحماية الآخرين .
**If you are inside a health care
facility ,you may be asked to put
on face mask to protect others**



Wash your hands.... **إغسل يديك** With soap and water **بالماء والصابون**

Before preparing or eating food



قبل إعداد الطعام والأكل

After going to the bathroom



بعد إستعمال المرحاض

After changing diapers



بعد تغيير حفاظ الطفل

Before and after contact with ill person



قبل و بعد ملامسة أو عناية شخص مريض

After blowing your nose, coughing or sneezing



بعد العطس أو السعال

After handling garbage or touching contaminated surfaces



بعد ملامسة القاذورات أو الأسطح غير النظيفة

Whenever, hands look dirty



عندما تبدو يديك غير نظيفة