

# الوقاية من فيروس كورونا covid-19

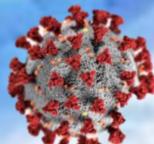
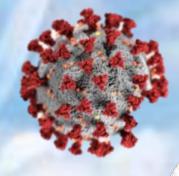
المحافظة على العادات الصحية  
(الغذاء الصحي ومارسة  
الرياضة والنوم الكافي)



استخدام المناديل عند السعال  
او العطس وان لم تتوفر استخدم  
مرفق اليد.



تجنب الاحتكاك المباشر  
بالمصابين ومشاركتهم  
ادواتهم الشخصية



تجنب ملامسة العينين  
والأنف والفم باليدين



المحافظة على النظافة  
الشخصية مع نظافة  
الاسطح والارضيات