

## توصيات للقادمين للمملكة قبل وأثناء وبعد السفر

**إذا كنت في البلد** احرص على البقاء في المنزل وتجنب الاختلاط الآخرين وعدم الخروج إلا لحاجة مثل جلب الطعام أو دواعم.

**المحافظة على غسل اليدين** بالماء والصابون أو استخدام المعقم الكحولي.

**إذا كنت تشتكي من أحد الأعراض:** حرارة - كحة - ضيق في التنفس و كنت تعيش مع مجموعة أشخاص ليس لهم الكمامات واعزل نفسك في مكان جيد التهوية.

**لا تشارك أدواتك مع الآخرين**

**احرص على المسافة الآمنة** متر ونصف ولا تقترب من أي شخص تظهر عليه أعراض مرض في الجهاز التنفسي مثل السعال والعطاس.



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش بصحة  
Live Well

## توصيات للقادمين للمملكة قبل وأثناء وبعد السفر

احرص على عدم التعامل والدفع بالنقود واستخدم البطاقة.



احرص على عدم لمس أمتدة الآخرين.



لا يجب عليك لبس الكمامات إلا إذا كنت تشتكي من أعراض أو تعتنى بشخص مصاب وإن اخترت لبسها اتبع الطرق الصحيحة.



لم يثبت حتى الآن أن فيروس كورونا الجديد يتطاير في الهواء بل ينتقل عن طريق الرذاذ المتطاير نتيجة العطاس والكحة وتلوث الأيدي والأسطح.



احرص على عدم لمس مقابض أو أسطح الطائرة وإن تم أغسل يديك مباشرة.



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش  
بصحة  
Live Well

## توصيات للقادمين للمملكة قبل وأثناء وبعد السفر

احرص على عدم مشاركة أدواتك الشخصية مثل مفرش الطائرة والوسادة وطاولة المقهى.



احرص على المسافة الآمنة بينك وبين من يجلس بجنبك ان لا تقل عن متراً ونصف.



احرص على النظافة وخاصة اليدين قبل وأثناء وبعد الأكل.



ابتعد عن التجمعات.



احرص على تغطية الفم بمنديل عند العطاس أو الكحة والتخلص منه بشكل صحيح.



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش بصحة  
Live Well

## توصيات للقادمين للمملكة قبل وأثناء وبعد السفر

احرص على شرب السوائل.



**عند وجود أطفال** يجب على الوالدين حماية أطفالهم باتباع نفس التعليمات الموجهة للجميع.



احرص على عدم المصافحة والسلام وعدد التواصل مع أي شخص.



احرص على المسافة الآمنة لا تقل عن متر ونصف عند نقطة الجوازات.



**عند ظهور اعراض** مثل الحرارة - سعال - ضيق في التنفس بلغ المسؤولين.



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش بصحة  
Live Well