

توصيات للقادمين للمملكة قبل وأثناء وبعد السفر

قبل 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: حراقة - 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

أثناء السفر:

احرص على عدم التعامل والدفع بالنقود واستخدم البطاقة.



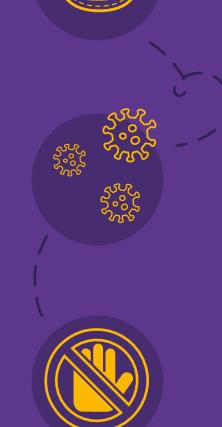
احرص على عدم لمس أمتدة الآخرين.



البس الكمامات وتخلص منها بالطريقة الصحيحة.



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



ابتعد عن التجمعات.



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well

توصيات للقادمين للمملكة قبل وأثناء وبعد السفر

أثناء السفر:

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



احرص على المسافة الآمنة بينك وبين من يجلس بجانبك أن لا تقل عن متر 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.



احرص على شرب السوائل.



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well

توصيات للقادمين للمملكة قبل وأثناء وبعد السفر

عند الوصول:

عند وجود أطفال يجب على الوالدين حماية أطفالهم بإتباع 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