



وزارة الصحة
Ministry of Health



للسياح والمسافرون، نصائح مهمة للوقاية من كورونا



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well

توصيات عامة

الالتزام بأداب السعال و
العطاس بتغطية الفم والأنف



- بالمنديل و التخلص منه مباشرة
- بباطن المرفق ثم غسل اليدين

تجنب الآخرين و الاتصال
بـ ٩٣٧ عند مخالطة
حالة أو ظهور أعراض:



- كحة
- حرارة
- ضيق في التنفس

ترك مسافة أمنة بينك
والآخرين لاتقل عن ٢م



لبس الكمامة



الابتعاد عن التجمعات



الحرص على نظافة اليدين:



عدم مشاركة الأدوات
الشخصية مع الغير



- بغسلهما بالماء والصابون

- أو استخدام معقم اليدين الكحولي لمدة ٢٠ ثانية

عدم المصافحة والعناق



تجنب لمس العينين
والأنف والفم قبل غسل





وزارة الصحة
Ministry of Health

عند السفر



إحضار الأدوات الشخصية من:

معقم يدين كحولي

كمام قماشى إضافي

مخدة أو مسند رقبة

البطانية



تجنب الدول الموبوءة

تجنب مخالطة من يظهر عليه أعراض

الحجز وإصدار الوثائق إلكترونياً

الإفصاح عن الدول التي تمت زيارتها

تعقيم طاولة والمقعد قبل الجلوس

تجنب تبديل الأماكن

استخدام الأدوات ذات الاستخدام الواحد

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health




السكن

التأكد من أن السكن
يطبق البروتوكولات
الوقائية 

الحجز المسبق 

الدفع الإلكتروني 

ارتداء الكمامة عند
التجول خارج الغرف 

الحرص على التهوية
الجيدة داخل الغرف 

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

الأماكن الترفيهية المفتوحة مثل الشواطئ والحدائق

التأكد من أماكن
ألعاب الأطفال 

عدم مشاركة
الأدوات الشخصية 

تجنب الأماكن
المزدحمة 

التخلص من
النفايات بالأماكن
المخصصة 

تجنب الباعة
المتجولين 

ارتداء الكمامة 

اعزل نفسك عند
الشعور بالأعراض 

تجنب لمس
الأسطح 

اترك مسافة
أمنة 

الدفع
الإلكتروني 

غسل اليدين أو
تعقيمها بانتظام 



وزارة الصحة
Ministry of Health

الأماكن الترفيهية المغلقة



تجنب ملامسة الأسطح



ارتداء الكمامة لمن
هم فوق سنتين



تجنب لمس الوجه



اترك مسافة أمنة



عدم الذهاب في حال
الشعور بأعراض كورونا



اخذ المعقم الكحولي



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

التسوق

تعقيم السلالم وعربات التسوق قبل استخدامها 

عدم اصطحاب المعرضين أكثر لخطر المضاعفات 

استخدام السلالم بدل المصاعد 

أخذ كمامة قماشية إضافية 

ترك مسافة متر وعدم مواجهة الآخرين في المصاعد 

أخذ معقم يدين كحولي 

الدفع إلكترونياً 

تعقيم اليدين عند الدخول و الخروج من مراكز التسوق 

تطهير وتنظيف السلع قبل الاستهلاك 

قياس درجة الحرارة عند المداخل و الاستجابة للتوجيهات 



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health



المطعم

الحجز المسبق
والحضور على الموعد 

الدفع إلكترونياً 

أخذ كمامة
قماشية إضافية 

استخدام الأدوات ذات
الاستخدام الواحد 

قياس درجة الحرارة
عند المداخل 

لا يزيد عدد المجموعات
عن أربع أشخاص 

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

السينما



تجنب تبديل المقاعد

ننصح بعدم ذهاب كبار السن وأصحاب الأمراض المزمنة

الحجز المسبق

اترك مسافة أمنة

ارتداء الكمامة

عدم التزاحم عند البوابات



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

الأطفال

تجنب لمس الأسطح
خارج المنزل

تقليل الخروج
من المنزل

تعقيم الألعاب والأسطح
التي يتكرر استخدامها

تجنب إلباس الكمامة
القماشية لمن هم
دون السننتين

تجنب مخالطتهم لمن
يظهر عليهم أعراض
تنفسية

إحضار الأدوات الشخصية مثل:

- الألعاب
- الرضاعة
- اللهاية
- كمامة قماشية
- وجبات خفيفة
- أدوات الطعام
- ملابس إضافية
- كريمات ومراهم



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

نتمنى لك رحلة آمنة



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش
بصحة
Live Well

هل أعجبك هذا الملف؟
هنا تجد المزيد

الوقاية من كورونا

COVID-19

<https://covid19awareness.sa>

