

الوقاية من كوفيد-19 غسل اليدين

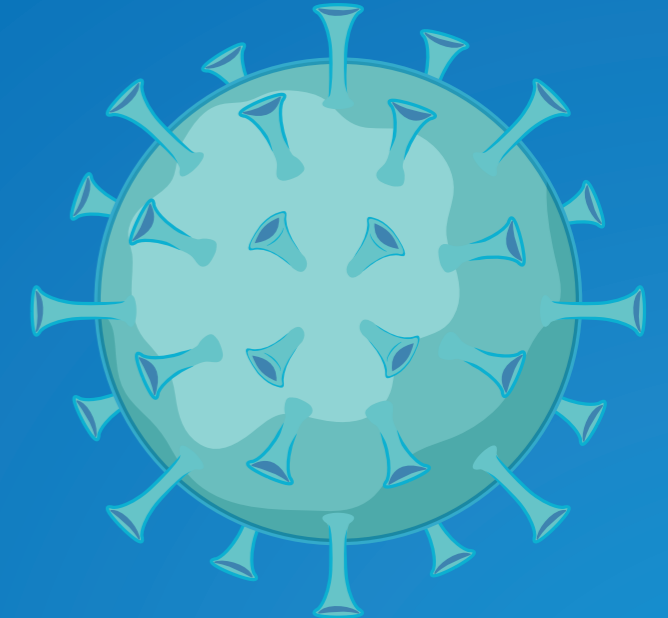


EMPHNET

The Eastern Mediterranean
Public Health Network

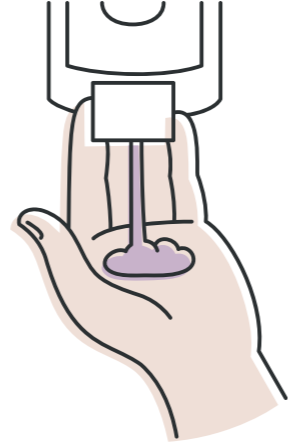
غسل اليدين جيداً بالماء والصابون لمدة
٣٠-٤٠ ثانية من أهم طرق الوقاية من
فيروس كوفيد-19.

فقط عند اللزوم:
إستخدم مطهر اليدين الذي يحتوي
على الأقل من الكحول ٦٠٪.



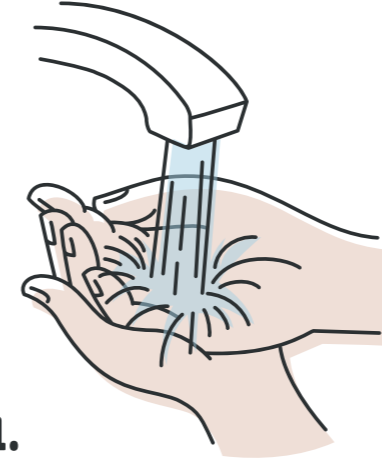
3.

افرك يديك معاً لضمان التغطية
الكاملة بالصابون



2.

استخدم الصابون ووزعه
على كلتا اليدين



1.

بلل يديك بالماء الجاري



6.

اشطف اليدين بالماء الجاري



5.

افرك رؤوس أصابع اليد اليمنى
براحة اليد اليسرى وافعل مثل
ذلك لليد اليسرى



4.

افرك ظاهر اليد اليسرى براحة اليد
اليمنى مع تشبيك الأصابع ثم كرر
ذلك لليد اليمنى



8.

أغلق مقبض الصنبور / الحنفية
باستخدام المنشفة ثم تخلص
منها بطريقة آمنة



7.

امسح يديك بمنشفة ورقية

COVID-19
Response

► GHD | EMPHNET: with you against COVID-19