

كوفيد-19

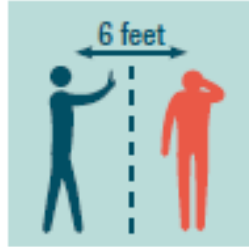
فيروس كورونا المستجد

تسوّق أغراض البقالة

نصائح للحفاظ على الصحة

ابقَ في المنزل إذا كنت تشعر بالمرض. تجنب التسوّق إذا كنت مريضًا أو تظهر عليك أعراض كوفيد-19، والتي تشمل الحمى أو السعال أو ضيق التنفس.

احرص على الابتعاد عن الآخرين بمسافة 6 أقدام على الأقل أثناء التسوق والوقوف في الطوابير.



تجنب التعامل غير الضروري مع جميع العناصر الموجودة في المتجر.



استخدم معقم اليدين عند مغادرة المتجر. اغسل يديك لمدة 20 ثانية على الأقل بالماء والصابون عند العودة إلى المنزل.



اطلب عبر الإنترنت أو استخدم خدمة استلام البضائع دون مغادرة السيارة. وإذا كان عليك الذهاب إلى المتجر، فحدّد من مرات الذهاب عن طريق إعداد لائحة بالمشتريات.



احرص على تغطية الفم والأنف بقناع قماش عند الخروج في الأماكن العامة.



عندما تكون مضطرًا للذهاب شخصيًا، اذهب في الأوقات التي تشهد تواجد عدد أقل من الأشخاص مثل الصباح الباكر أو في وقت متأخر من الليل. واذهب لوحده إن أمكن.

