



وزارة الصحة
Ministry of Health

للمحد من انتشار العدوى في فصل الشتاء



قبل وبعد
تناول الطعام



مصافحة المصاب
بالأنفلونزا أو
الزكام



العطاس أو
السعال

غسل اليدين بالماء
والصابون مع
تجفيفهما جيداً
خاصة في الحالات:



لمس الأسطح في الأماكن العامة
(مقابض الأبواب ، السلالم ، أزرار
المصعد ، أجهزة الصرف الآلي)



استخدام دورات
المياه / تغيير
حفاضات الأطفال



تقطيع اللحوم غير
المطبوخة أو الخضروات
والفاكهة غير المغسولة

التهوية الجيدة للمكان المغلقة

