**التدابير الوقائية الأساسية ضد الفيروس التاجي المستجد**

كن على علم بآخر المعلومات حول فاشية COVID-19، المتاحة على موقع منظمة الصحة العالمية على الإنترنت ومن خلال هيئة الصحة العامة الوطنية والمحلية. لا يزال COVID-19 يؤثر على معظم الناس في الصين مع بعض الفاشيات في بلدان أخرى. يعاني معظم الأشخاص الذين يصابون بالعدوى من مرض خفيف ويتعافون، ولكن يمكن أن يكون أكثر خطورة بالنسبة للآخرين. اعتن بصحتك واحم الآخرين من خلال القيام بما يلي:

**اغسل يديك باستمرار!**

نظف كامل يديك جيداً بشكل منتظم باستخدام فرك اليد بمطهر يحتوي على الكحول أو اغسلهما بالماء والصابون.

**لماذا؟** اغسل اليدين بالصابون والماء أو باستخدام فرك اليدين بالكحول الذي يقتل الفيروسات التي قد تكون على يديك.

**حافظ على البعد عن الآخرين**

حافظ على مسافة متر واحد (3 أقدام) على الأقل بينك وبين أي شخص يسعل أو يعطس.

**لماذا؟** عندما يسعل شخص ما أو يعطس فهو ينشر قطيرات سائلة صغيرة من أنفه؛ أو فمه، هذه القطيرات قد يحتوي على فيروس. إذا كنت قريبًا جدًا، فقد تستنشق القطرات، بما في ذلك فيروس COVID-19 إذا كان الشخص الذي يعاني من السعال مصاباً بالفيروس.