

# كيفية استخدام الكمامة غير الطبية أو تغطية الوجه بشكل آمن

## فالتقم بدورك.

فالترد كمامة غير طبية أو غطاء للوجه لحماية الآخرين عندما لا تتمكن من الحفاظ على مسافة مترين.

لا يُوصى باستخدام الكمامات غير الطبية في:

- ← الأشخاص الذين يعانون من مرض أو إعاقة بحيث يصبح من الصعب بمكان ارتداء الكمامة أو إزالتها.
- ← أولئك الذين يجدون صعوبة في التنفس
- ← الأطفال تحت سن 2 سنة

## لا تحك على الآخرين لعدم ارتدائهم للكمامة.

اللطف مهم لأن بعض الناس قد لا يتمكنون من ارتداء الكمامة أو غطاء للوجه.

## فالتفعل ما يلي

تأكد من أن الكمامة مصنوعة من طبقتين على الأقل من القماش المنسوج بإحكام.



قم بارتداء كمامة غير طبية أو غطاء للوجه لحماية الآخرين.



تأكد من نظافة الكمامة أو غطاء الوجه وجفافها/جفافه.



قم بفحص الكمامة للتأكد من عدم وجود دموع أو فجوات.



استخدم الحلقات أو الأربطة لتثبيت الكمامة خلف الأذنين وإزالتها.



قم بغسل يديك أو استخدام معقم يدي يدويًا إذا أساس كحولي قبل وبعد لمس الكمامة أو غطاء الوجه.



استبدل الكمامة واغسلها عندما تصبح رطبة أو متسخة.



تأكد من تغطية أنفك وفمك بالكامل.



قم بتخزين الكمامات القابلة لإعادة الاستخدام في كيس ورقي نظيف حتى ترتديها مرة أخرى.



اغسل الكمامة بالماء الساخن والصابون واتركها لتجف تمامًا قبل ارتدائها مرة أخرى.



تخلص من الكمامات التي لا يمكن غسلها وذلك برميها بعد الاستخدام في صندوق قمامة مبطن بكيس بلاستيكي.



## لا تفعل ما يلي

تذكر أن ارتداء كمامة غير طبية أو غطاء للوجه وحده لن يمنع انتشار كوفيد-19. يجب عليك أيضًا أن تغسل يديك مرارًا وتكرارًا، وأن تمارس التباعد الجسدي وأن تبقى في المنزل إذا كنت مريضًا.



لا ترتدي كمامة فضفاضة.



لا تعيد استخدام الكمامات الرطبة أو المتسخة أو التالفة.



لا تقم بإزالة الكمامة للتحديث مع شخص ما.



لا تلمس الكمامة أثناء ارتدائها.



لا تشارك الكمامة الخاصة بك مع الآخرين.



لا تعلق الكمامة من رقبتك أو أذنيك.



لا تترك الكمامة المستخدمة في متناول الآخرين.

