

#نلتزم\_للبحرين



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



# لبس الكمامات

عند التخلص  
من الكمام



عند مقابلة أشخاص لديهم أمراض  
وظروف صحية كامنة أو من كبار السن  
المعرضين أكثر للخطر داخل إطار الأسرة الواحدة



عند ممارسة الرياضة  
المشي



خارج المنزل  
في كل الأماكن  
والأوقات

لا تلمس الجهة  
الأمامية من الكمام  
وتخلص منه في  
سلة المهملات مع  
غسل اليدين بالماء  
والصابون.

نعم



الرياضات التي تتطلب جهد بدني شديد  
مثل الجري والسباحة وركوب  
الدراجات الهوائية



أثناء قيادة  
السيارة

لا