

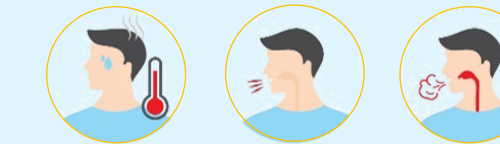


دليل الموظف(ة)

للقاية من كوفيد-19

1- قبل التوجه إلى العمل

أقيس درجة حرارة جسمي وتأكد من عدم ظهور أية أعراض للفيروس مثل ارتفاع درجة الحرارة والسعال الجاف والأعراض الأخرى.



أتفادي الحضور إذا ظهرت علي أعراض الفيروس أو إذا اتصلت بأشخاص مصابين أو تظهر عليهم أعراض الوباء، وأخبر الإدارة بذلك.

2- أثناء التنقل إلى العمل

أرتدي الكمامة الطبية وفق الكيفية الصحيحة.



أستعمل ما أمكن وسيلة نقل خاصة بي.

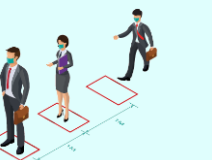
أترك مسافة آمنة عند استعمال النقل المشترك/ نقل الموظفين.

أتجنب لمس الأسطح كثيرة اللمس.

أفتح النوافذ لدخول الهواء الخارجي.

3- عند ولوج الإدارة

أحترم مسافة الأمان والإرشادات.



أعقم يدي وحذائي عند الدخول.

أمتثل لعملية تسجيل بياناتي الشخصية وقياس درجة حرارة جسمي.



أستخدم الدرج ما أمكن وأتفادي المصعد.

أتجنب اللمس المباشر للأزرار عند استخدام المصعد.



أحترم عدد الأشخاص المسموح به داخل المصعد.

4- أثناء العمل

أحرص على فتح النوافذ والأبواب لتتهوية المكتب ثلاث مرات في اليوم على الأقل ولمدة لا تقل عن 20 دقيقة.



أحافظ على نظافة اليدين باستمرار.

أغسل يدي جيداً قبل وبعد الأكل وعند الخروج من الحمام أو لمس أحد الأسطح، باستخدام الماء والصابون أو معقم اليدين.

أحرص على عدم لمس فمي أو أنفي أو عيني إذا كنت غير متأكد من نظافة يدي.

أعطي عند السعال أو العطس أنفي وفمي باستخدام منديل ورقي أو كوع اليد.



أتفادي الاختلاط والتجمعات غير الضرورية والتنقل دون داع داخل مقرات العمل.

ألتزم المكوث بمكتبي قدر الإمكان.

أحرص على تعقيم أدوات العمل المشتركة.

أحافظ على نظافة مكتبي واستخدام المطهرات بصورة منتظمة.

ألتزم ارتداء الكمامة عند وجود أشخاص آخرين بقربي واحترم مسافة الأمان (متر واحد على الأقل)، ويمكنني نزع الكمامة إذا كنت بمفردي بالمكتب.

أحرص وأشجع على استعمال وسائل تكنولوجيا المعلومات عند مزاولة مهامي.