

COVID-19

phila.gov/covid-19

الزم بيتك

أنشطة أساسية

- تسوق البقالة وزيارة الصيدليات
- تسليم المواد الغذائية أو السلع الأساسية
- تناول الوجبات السريعة في المطاعم للطلبات الموصى عليها عبر الهاتف أو الإنترنت فقط
- المشي، الجري وركوب الدراجات

أنشطة غير أساسية

- جميع التجمعات باستثناء لأغراض العمل والأنشطة الأساسية
- طلب الوجبات السريعة في المطاعم
- عربات الأتعممة والأيس كريم المتنقلة

ممنوع

مسموح بها مع الحفاظ على مسافة آمنة مع الآخرين

حافظ على صحتك

إذا كان لابد من مغادرة المنزل لأمر مهم، التزم من فضلك بتطبيق الإجراءات التالية للحفاظ على صحتك وصحة الآخرين حولك



المسافة الآمنة

احرص على وجود مسافة 6 أقدام على الأقل بينك وبين الآخرين



الكمامات

استمر في الحفاظ على المسافة الآمنة حتى وإن كنت ترتدي كمامة



عادات صحية

اغسل يديك كثيرًا
استخدم منديلًا أو مرفقك لتغطية منطقة الفم والأنف
عند السعال أو العطس
لا تلمس وجهك

تعرف على الأعراض



حمى



سعال



ضيق تنفس

هل ظهرت عليك أعراض COVID-19؟ تواصل مع موظف خدمات طبية

طبيبك: اتصل بطبيب الرعاية الأساسية الخاص بك أو آخر مرفق صحي قمت بزيارته

مركز صحة المدينة: لإيجاد أقرب فرع لك يرجى الاتصال بـ 1-1-3 أو زيارة phila.gov/covid-19

مركز مساعدة فيلادلفيا الأكبر لمواجهة فيروس كورونا: 7122-722-800

الحصول على التحديثات والمعلومات

للحصول على التحديثات في رسالة نصية
ارسل كلمة COVIDPHL إلى 777-888

للاستفسارات؟

اتصل بـ Philly311 عن طريق طلب الرقم 1-1-3



PHLPublicHealth



PhillyHealth