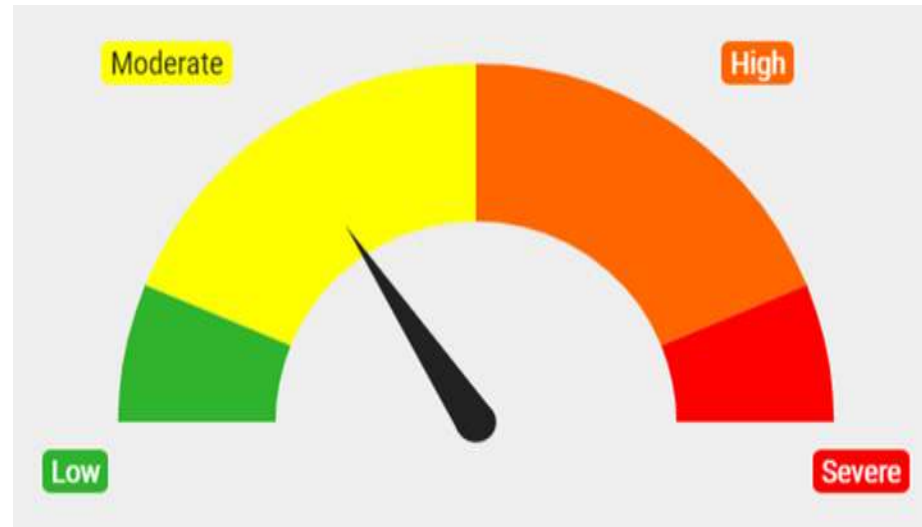


# مؤشر الخطر لفيروس كورونا وتوجيه المجتمع



[COVID19.lincoln.ne.gov](https://COVID19.lincoln.ne.gov)

Updated February 28, 2022

CITY OF  
**LINCOLN**  
NEBRASKA



## مؤشر الخطر على اللون الاصفر-مؤشر خطورة الانتشار لكوفيد-19 في المجتمع معتدل توجيه عامة المجتمع

عامة الناس	خارج المنزل- مكان العمل, التواصل الاجتماعي, الاماكن العامة	في المنزل
التباعد الجسدي	<ul style="list-style-type: none"> <li>تجنب الاماكن المزدحمة العامة المغلقة عندمل يصعب التباعد الجسدي</li> <li>أتبع المبادئ التوجيهية المتعلقة بالسفر على الموقع <a href="https://www.cdc.gov/travel">CDC Travel Guidelines</a></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>لا حاجة للتباعد مع الاشخاص الذين ليس لديهم أعراض، إلا إذا كانوا تحت الحجر الصحي</li> </ul>
تغطية الوجه	<ul style="list-style-type: none"> <li>ارتد غطاء الوجه إذا كانت لديك أعراض تشبه أعراض كوفيد</li> <li>ارتد غطاء الوجه بناءً على تفضيلك الشخصي. مدرك بحالة التطعيم الخاصة بك ومستوى الخطورة الشخصية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ارتد غطاء الوجه إذا كنت انت أو أحد افراد أسرتك معرضين لخطر كبير من الامراض الخطيرة</li> <li>ارتد أغطية الوجه إذا ثبتت اصابتك او اي شخص اخر من افراد المنزل بفيروس كوفيد مع صعوبة العزل التام</li> <li>ارتد غطاء الوجه إذا كانت لديك أعراض تشبه أعراض كوفيد</li> </ul>
غسل اليدين	<ul style="list-style-type: none"> <li>أغسل يديك بشكل متكرر ولمدة لا تقل عن 20 ثانية، خصوصا بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة، العطاس/ السعال/ لمس الوجه، او قبل تناول الطعام</li> <li>أستخدم معقم اليدين في حالة صعوبة او عدم التمكن من غسل اليدين</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>أغسل يديك بشكل متكرر ولمدة لا تقل عن 20 ثانية، خصوصا بعد لمس الاسطح الكثيرة الملامسة، العطاس/ السعال/ لمس الوجه، او قبل تناول الطعام</li> </ul>
مراقبة المرض	<ul style="list-style-type: none"> <li>إذا كانت لديك أعراض مشابهة لأعراض الانفلونزا او فيروس كورونا، ارتد الكمامة، قم بالاختبار، أبقَ في المنزل، تواصل مع مقدم الرعاية الطبية</li> <li>قلل من تواصلك مع الاشخاص الذين لديهم أعراض</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إذا كانت لديك أعراض مشابهة لأعراض الانفلونزا او فيروس كورونا، ارتد الكمامة، أبقَ بعيداً عن الاخرين داخل المنزل، قم بالاختبار و تواصل مع مقدم الرعاية الطبية.</li> </ul>
السكان المعرضين للخطورة او الفئات الضعيفة منهم	<p>يتوجب على الاشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 65 عاما و يعانون من حالات مرضية مرتبطة بخطورة عالية عند الإصابة بفيروس كورونا استشارة مقدم الرعاية الصحية حول اجراءات الوقاية الاضافية التي يجب عليهم اتخاذها</p> <p><a href="https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html">www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html</a></p>	