

من المستحب أن ارتدي قناعًا في أثناء الطوارئ  
مثل وجود فيروس كورونا للحفاظ على سلامتي.



ترتدي أسرتي والجيران والناس في منطقتي  
الأقنعة.



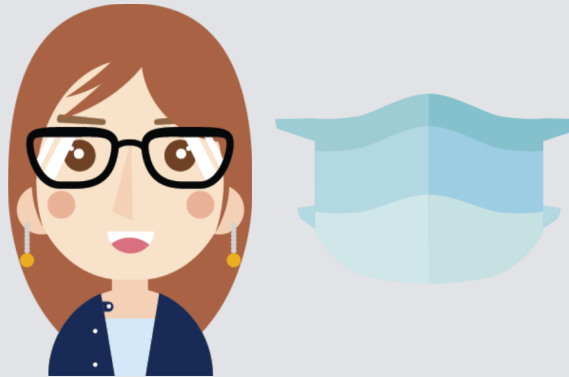
حيث إن قناعي يحافظ على سلامتي.



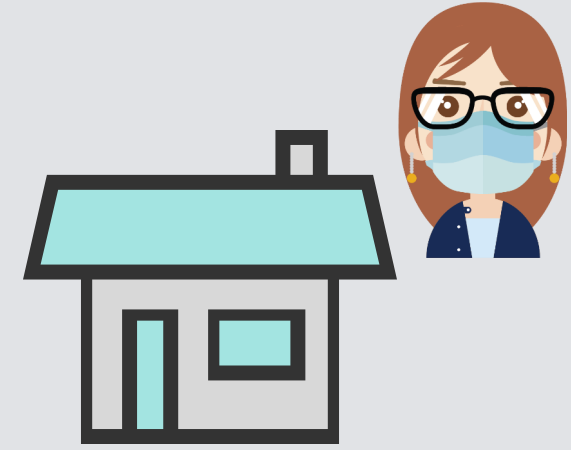
ويحافظ قناعك على سلامتك.



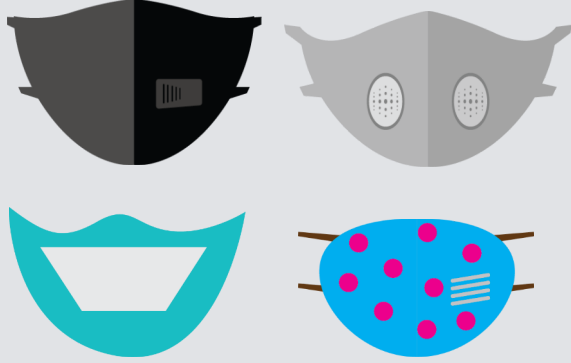
وأنا بحاجة إلى ارتداء القناع حتى ولو لم أكن  
مريضًا.



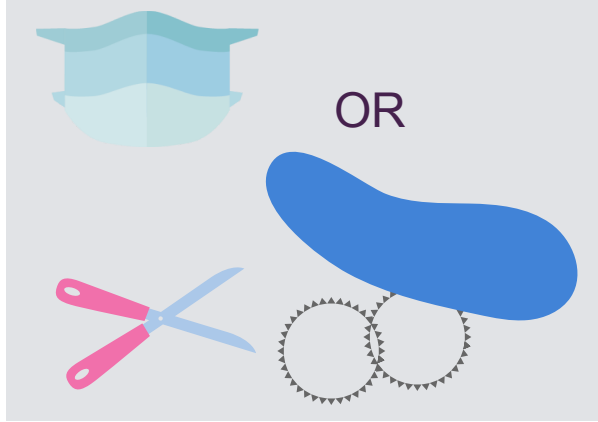
فمن المهم أن ارتدي قناعًا في كل مرة أخرج فيها  
من منزلي لأتجول أو لألعب في الخارج أو لأذهب  
إلى متجر ما أو إلى الطبيب.



هناك أنواع عديدة من الأقنعة المصنوعة من أشياء مختلفة. وبعضها شفاف يتيح لك رؤية أفواه الأشخاص عندما يتحدثون. يمكنني تجربة أقنعة مختلفة للعثور على القناع الذي يعجبني.



يمكنني ارتداء قناع أشتريه من المتجر أو عبر الإنترنت أو يمكنني صنع قناع خاص بي من النوع المفضل لدي من أنواع التي شيرت أو البطانية أو عصابة الرأس أو حتى من الملابس الداخلية!



ويمكنني أن أجعل القناع أنيقًا بتزيينه.



وليسبت هذه هي الأقنعة نفسها التي يحتاجها الأطباء. فهذا القناع ليس له وظيفة سوى الحفاظ على سلامتك وسلامة مجتمعك.



ويجب عليّ غسل يدي دائمًا قبل وضع قناعي.



سيغطي القناع أنفي وفمي وذقني. وقد أشعر بأنه محكم.



أنف  
فم  
الذقن

في البداية قد لا أشعر بالراحة عند ارتداء القناع



وكلما تعودت على ارتداء القناع، كان ارتدائه أسهل بالنسبة لي.



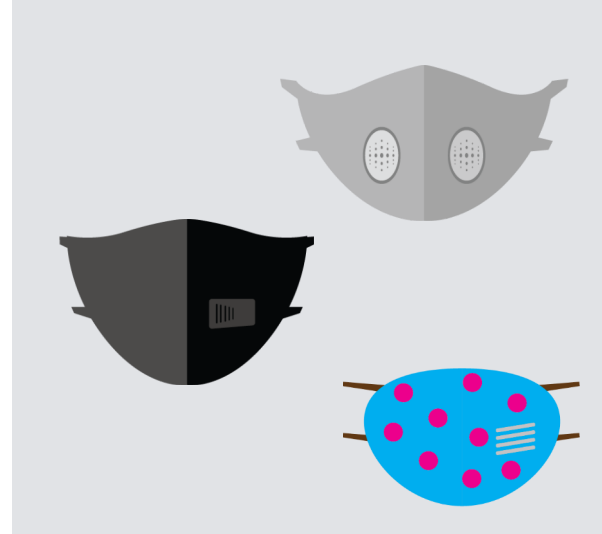
عند عودتي إلى المنزل، يجب عليّ دائمًا أن أغسل يدي مع تجنب لمس وجهي.



وفي حالة إذا كان القناع مصنوعًا من قطعة قماش، فيجب غسله على الفور.



ويمكنني ارتداء قناع جديد في المرة القادمة التي أخرج فيها من المنزل.



Wearing a mask keeps everyone safe.

