

Info Coronavirus

wijkgezondheidscentrum maison médicale
De Brug La Passerelle



هل تحتاج إلى طبيب؟

نطلب من جميع المرضى عدم القدوم إلى المركز الطبي
إذا لم يكن ذلك ضروريًا.

من الآن فصاعدًا ، سيقوم الأطباء بإجراء مشاورات هاتفية قدر الإمكان.

يمكن إرسال الوصفات الطبية وشهادات المرض بالبريد أو بالبريد الإلكتروني.

المواعيد مع مقدمي الرعاية الصحية الآخرين:

المواعيد العاجلة فقط ستستمر. إذا تم إلغاء الموعد المقرر ، فسيتم الاتصال بك
من قبل مكتب الاستقبال أو مقدم الرعاية.

في المركز الطبي:

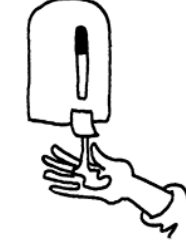
في غرفة الانتظار ، لا يستخدم الكرسي بالتناوب للحفاظ على المسافة اللازمة بين
المرضى.

تم تثبيت شاشة بليكسي على مكتب الاستقبال ، بحيث يكون خطر التلوث ضئيلاً.
جل الكحول متاح لتطهير يديك. لكن غسل يديك في الحوض بالماء والصابون فعال
بنفس القدر.

كيف تغسل يديك؟



1. بلل يديك بالماء



2. خذ الصابون



3. اغسل راحة يديك وظهرها



4. اغسل المنطقة بين أصابعك



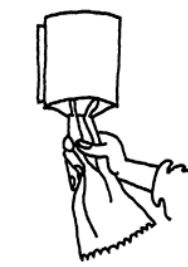
5. افركي أطراف أصابعك في راحة يدك الأخرى



6. لا تنس إبهاميك



7. شطف بالماء



8. جفف بمنشفة ورقية.



9 قم بتشغيل الحنفية باستخدام
قطعة القماش. كل هذا يستغرق
40 إلى 60 ثانية.



كيف يمكنك المساعدة في منع الانتشار؟

ابق في المنزل قدر الإمكان.

خذ الحافلة والترام والمترو فقط إذا كان ذلك ضروريًا حقًا.

اذهب فقط إلى السوبر ماركت والصيدلة ... إذا كان ذلك ضروريًا حقًا.

إذا كنت مريضًا ، اطلب من شخص ما القيام بالتسوق.

يمكنك المشي أو ممارسة الرياضة في الخارج ، ولكن افعل ذلك بمفردك أو مع عائلتك.

ابتعد 1.5 متر عن الآخرين.

لا تشارك طبق ، أدوات تناول الطعام ، اكواب ، فرشاة أسنان ، ...

تهوية منزلك مرتين في اليوم (15 دقيقة لكل منهما).

تطهير: تنظيف الأسطح مثل مقابض الأبواب ، ومقاعد المراحيض ، والطاولات ، وطاولات

السريير ، والأرضية ، ... بالماء مع القليل من المبيض مرة واحدة في اليوم. (1 ٪ جيد = 10

مل من المبيض إلى 1 لتر من الماء).

العمل من المنزل إن أمكن. إذا كان لا يزال عليك الذهاب إلى العمل ، فخذ جميع الاحتياطات في

الاعتبار.

نصائح مفيدة:

تابع الأخبار ، حتى تبقى على علم بجميع الإجراءات الجديدة.

مزيد من المعلومات على www.info-coronavirus.be

Hoe kan je besmetting voorkomen?



Was je handen regelmatig en grondig met water en zeep. Reken zo'n 40 à 60 seconden per wasbeurt.



Hoest of nies in een papieren zakdoekje of in de binnenkant van je elleboog.



Gebruik papieren zakdoekjes en gooi ze weg in een afsluitbare vuilbak.



Blijf thuis als je zelf ziek bent. Bel de huisarts, ga niet naar de praktijk of spoeddienst.



Raak je gezicht zo weinig mogelijk aan met je handen.



Vermijd handen geven.



Vermijd nauw contact met anderen die ziek zijn.

كيف يمكنك منع العدوى ؟

اغسل يديك بانتظام وبالكامل بالماء والصابون. اترك حوالي 40 إلى 60 ثانية لكل عملية غسل.

السعال أو العطس في المناديل الورقية أو داخل كوعك.

استخدام المناديل الورقية والتخلص منها في حاوية قابلة للقل.

ابق بالمنزل إذا كنت مريضا. اتصل بالطبيب ، لا تذهب إلى العيادة أو خدمة الطوارئ.

لمس وجهك بقل قدر ممكن بيديك. تجنب المصافحة.

تجنب الاتصال الوثيق مع المرضى الآخرين.