

موظفو تصنيع اللحوم والدواجن

الإجراءات التي يمكن اتخاذها في العمل والمنزل للوقاية من كوفيد-19

النسخة المتاحة: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/meat-poultry-processing-workers-employers.html>

الزم المنزل عندما تشعر بوعكة.

- اعزل نفسك قدر الإمكان في غرفة واحدة بعيدًا عن أفراد المنزل الآخرين.
- استشر الطبيب أو المشرف المتابع لحالتك عن موعد إمكانية عودتك إلى العمل.

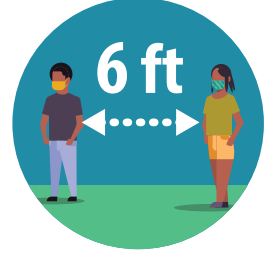


الأعراض الواجب الحذر منها:

- الحمي
- السعال
- ضيق التنفس أو صعوبة التنفس
- الرعشة
- آلام العضلات
- فقدان حاستي الشم والتذوق حديثًا
- التهاب بالحلق

حاول الابتعاد مسافة 6 أقدام عن الآخرين في العمل أو الأماكن العامة

- تجنب الاقتراب من الآخرين في الغرف المغلقة، أو أماكن الاستراحة، أو الممرات والمداخل والمخارج.
- ابتعد عن الآخرين أثناء التحدث.
- تجنب مشاركة الطعام والشراب مع الزملاء.



ارتدِ غطاء وجه قماشي لتغطية الفم والوجه أثناء التواجد في مكان العمل أو الأماكن العامة.

- ارتدِ الغطاء لتطويق جانبي الوجه بشكل محكم ومريح.
- عند خلع الغطاء، احرص على عدم ملامسة العين أو الأنف أو الفم، ثم اغسل يديك في الحال.
- اغسل غطاء الوجه أو استبدله بعد الاستخدام.
- استبدل غطاء الوجه عندما يصبح مبللًا أو متسخًا.
- احرص على الابتعاد مسافة 6 أقدام عن الآخرين حتى إذا كنت ترتدي غطاء وجه قماشي.
- استمر في ارتداء معدات الوقاية الشخصية (PPE) المطلوبة في ظروف العمل العادية.



لا تلمس العين أو الأنف أو الفم:

- بأيدي غير نظيفة
- أثناء ارتداء القفازات
- أثناء تعديل غطاء الوجه أو النظارة الواقية أو خلعهما



اغسل يديك بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل، أو استخدم مطهر كحولي للأيدي بنسبة تركيز كحولي لا تقل عن 60%:

- قبل مناوبات العمل والاستراحات وبعدها
- بعد تمخيط (تنظيف) الأنف أو السعال أو العطس
- بعد استعمال المرحاض
- قبل الأكل
- قبل وخلال وبعد تحضير الطعام
- بعد ارتداء أو ملامسة أو خلع أغطية الوجه القماشية



غطّ فمك عند السعال والعطس.

- احرص على تغطية فمك وأنفك بمنديل أو الجزء الداخلي من مرفقك.
- تخلص من المناديل الورقية المستعملة في صندوق القمامة.
- **اغسل يديك** أو استخدم مطهر أيدي بعد العطس أو السعال مباشرة.

