



عد بأمان



حافظ على مسافة الأمان

إغسل يديك

ارتدي الكمامة

حافظ على مسافة الأمان

للحفاظ على صحتك و على صحة الآخرين، في وجود أكثر من شخص يوصى ب:

– الحفاظ على المسافة بين الأشخاص على الأقل مترا واحدا و ينصح ب 1.8 متر،

– تجنب أي شكل من أشكال التجمع للأشخاص في الأماكن المغلقة وفي الأماكن المفتوحة (العامه والخاصة المفتوحة للعموم)

– عند مزاوله التمارين الرياضية يجب إحترام المسافة بين الأشخاص على الأقل 2 متر.