

لا مجال للاستهتار بالكورونا. يمكن لفيروس الكوفيد 19 أن يصيبك بالمرض الشديد وقد يهدد حياتك. قم بحماية المجتمع الذي تعيش فيه من خلال ملازمة المنزل.

سان فرانسيسكو
لجنة حماية حقوق الإنسان

إذا كنت تتولى العناية بعائلتك أو بأشخاص
من كبار السن أو الأطفال أو ذوي الإعاقة،
فعلبك بغسل يديك بشكل متكرر



لا تترك نفسك حتى تجوع، فيمكنك أن تحصل
على طعام مجاني من أقرب بنك للطعام
(Local pantry)



لا تذهب إلى المستشفى إلا في حالات
الطوارئ. اتصل بطبيبك أولاً إذا كنت تعاني
من السعال (الكحة) أو ضيق النفس أو الحمى
(ارتفاع الحرارة)



قم بالحد من المرات التي تتسوق خلالها لشراء
لوازمك بحيث تقتصر على مرة واحدة في
الأسبوع، مع الحرص على إبقاء مسافة فاصلة
عن حولك تبلغ 6 أقدام



تواصل مع أحبائك عبر الهاتف أو مكالمات
الفيديو، وليس من خلال التعامل الشخصي
المباشر



حافظ على سلامتك من خلال خدمات استلام
اللوازم أو تسليمها دون تلامس



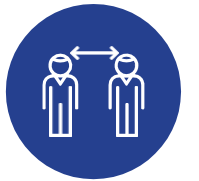
احرص على الإقلال من مرات استلام
الأدوية الموصوفة بأمر الطبيب بحيث لا
تتعدى مرة كل شهرين



المغاسل العمومية ومحطات التزود بالوقود
ومتاجر البقالة والمصارف (البنوك) تمثل
مناطق يتردد عليها عدد كبير من الناس. التزم
بالحذر بالحفاظ على مسافة فاصلة لا تقل عن
6 أقدام (1.8 متر) عن الآخرين



إذا كنت بحاجة إلى الخروج، فاحرص على
ترك مسافة فاصلة لا تقل عن 6 أقدام (1.8
متر) عن الآخرين



للاطلاع على مزيد من الإرشادات المفيدة حول فيروس الكوفيد 19 (COVID-19)، استخدم الكاميرا
الموجودة في هاتفك لالتقاط صورة لكود QR المقدم، أو زيارة موقع <https://sf.gov/coronavirus>

إذا كنت تشعر أنك تعرضت إلى التمييز في المعاملة ضدك خلال فترة تنفيذ أمر الإيواء، فيرجى الاتصال
بلجنة حماية حقوق الإنسان (Human Rights Commission) بمدينة سان فرانسيسكو على رقم
415-252-2500 أو عبر البريد الإلكتروني على: hrc.info@sfgov.org



لا مجال للاستهتار بالكورونا.

لا تخاطر بسلامتك، ويعني ذلك منع الحفلات والاجتماع بالأصدقاء والزيارات. كما أن البارات والنوادي الليلية وصالات الجيم مغلقة. علينا جميعاً أن نلتزم بواجبنا للحفاظ على سلامة الجميع. حتى إذا لم تكن تظهر عليك أي أعراض، فمن الوارد أن تعرّض حياة الآخرين إلى الخطر. تجنب التعرض إلى الغرامات وحتى السجن، وذلك بملازمة المنزل.



خلال هذا الوضع الطارئ الذي يهدد الصحة العامة:

طالبت عمدة المدينة السيدة "بريد" وحاكم الولاية السيد "نيوسوم" بتوفير ملجأ لتغطية الاحتياجات الأساسية.

قامت لجنة المرافق العامة (Public Utilities Commission) بإرجاع خدمات الكهرباء والمياه، وأوقفت عمليات قطع الخدمات، كما تنازلت عن الجزاءات.

لا يمكن طردك من مكان سكنك إذا فقدت مصدر دخلك وتعذر عليك دفع الإيجار بسبب فيروس الكوفيد 19.

لا تترك نفسك حتى تجوع، فيمكنك أن تحصل على طعام مجاني من أقرب بنك للطعام (Local pantry).