

# البقاء بأمان في العمل خلال تفشي كوفيد-19

في أثناء تفشي المرض، يتعين على مواقع العمل اتباع البروتوكولات الخاصة للحد من انتشار كوفيد. حافظ على سلامتك أنت وزملائك في العمل باتباع الإرشادات التالية:

## ابق في المنزل إذا شعرت بالمرض

إذا شعرت بالمرض، فابق في المنزل بعيدًا عن العمل وبعيدًا عن الآخرين. قم بالخضوع للاختبار على الفور. إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية، فأبلغ إدارة عملك واتبع متطلبات العزل على [ph.lacounty.gov/covidisolation](http://ph.lacounty.gov/covidisolation).

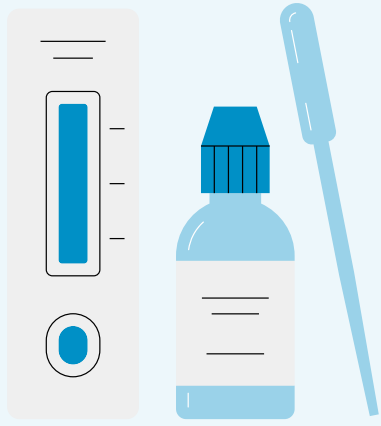
إذا كنت معرضًا لخطر كبير للإصابة بمرض شديد من كوفيد-19، فاتصل بطبيبك أو خدمة الرعاية الصحية عن بعد DPH للسؤال عن الأدوية لعلاج كوفيد-19 إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية.



## اخضع للاختبار

إذا كنت على اتصال وثيق بشخص مصاب بكوفيد-19 في العمل، فعليك إجراء الاختبار بعد 3-5 أيام من تعرضك له. لمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة [ph.lacounty.gov/covidcontacts](http://ph.lacounty.gov/covidcontacts).

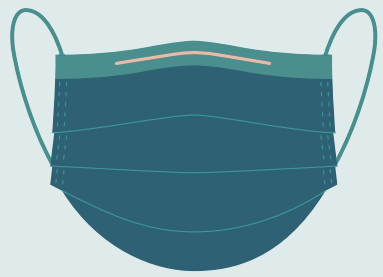
اطلب من صاحب العمل الحصول على معلومات حول موارد الاختبار المجانية المتاحة خلال الوقت المدفوع.



## ارتد الكمامة

في أثناء تفشي المرض، يجب أن ترتدي قناعًا مناسبًا على فمك وأنفك عند العمل في الأماكن المغلقة، والمركبات المشتركة، وفي الهواء الطلق (إذا كنت لا تستطيع الابتعاد مسافة 6 أقدام عن الآخرين). توفر أجهزة التنفس المناسبة (95N أو 95KN أو 94KF) أقصى درجات الحماية. لمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة [ph.lacounty.gov/masks](http://ph.lacounty.gov/masks).

طلب من صاحب العمل تزويدك بأقنعة طبية أو أجهزة تنفس مجانية. استبدل قناعك إذا كان التنفس صعبًا أو إذا لم يعد مناسبًا لك.



## انتبه للأعراض

إذا تعرضت لشخص مصاب بكوفيد-19، فاستمر في مراقبة صحتك وارتد قناعًا مناسبًا حول الآخرين لمدة 10 أيام بعد التعرض.

إذا واجهت أي أعراض، فقم بالخضوع للاختبار على الفور والبقاء في المنزل بعيدًا عن الآخرين.



## حافظ على المسافة

ابتعد عن الآخرين بمسافة 6 أقدام إلى أقصى حد ممكن. عندما يتعين عليك إزالة قناعك للأكل أو الشراب في أثناء أوقات الراحة، افعل ذلك بالخارج أو بعيدًا عن الآخرين.

اسأل صاحب العمل عن طرق تحسين التهوية في مساحات العمل المشتركة.

