



عند طهي الطعام أو تقديمه احرصوا على اتباع إرشادات التعقيم والنظافة التالية للحماية من انتقال العدوى

يجب أن يكون مُقدّمِي ومُعدّي الوجبات في المنزل بصحة جيّدة للقيام بالمهمة (أن لا يعانون من أيّ من أعراض الفيروس).



تنظيف وغسل الأطعمة جيداً (الخضار، والفواكه واللحوم) مباشرة بعد إدخالها للبيت، و طهيها، و تخزينها .



تعقيم الأسطح جيداً قبل وبعد تحضير الوجبات.



التأكد من قيام الجميع بغسل أيديهم جيداً قبل الدخول إلى المطبخ أو البدء بتناول الطّعام.



تخصيص صحن لكل فرد من العائلة، وعدم مشاركة الأكواب مع الآخرين.



تشجيع **الطعام الصحي والأغذية** التي تحتوي على فيتامين C
وعلى شرب الماء النقي والنظيف دوماً لتعزيز المناعة.



إذا لم يتوفر الماء النقي والنظيف **ينبغي غلي الماء قبل**
استخدامه للشرب أو تحضير الطعام.



تجنب الأطعمة المعلّبة أو التي يتم إضافة مواد حافظة إليها
إذا أمكن.



تقديم وجبات غنيّة و صحيّة لكبار السن لتعزيز مناعتهم.



إذا تمت ملاحظة أي من أعراض المرض كارتفاع درجة الحرارة
والسعال على أحد أفراد العائلة، **يجب عزلهم فوراً والاتصال مع**
الرقم المجاني 111 لاتباع الإجراءات اللازمة.



للاستفسارات الطبية حول مرض فيروس كورونا يرجى الاتصال على الرقم المجاني 111

#صحتك_يتهمنا #كورونا_الأردن

الحملة الوطنية للوقاية من مرض فيروس كورونا