

إلّا فيد

#نجاحنا\_بالتزامنا\_جميعاً

تعليمات  
السلامة الوقائية  
لبرك  
السباحة



الحملة الوطنية للوقاية من مرض فيروس كورونا

كوفيد-19 الاردن  
www.corona.moh.gov.jo/ar

يونسف  
لكل طفل

منظمة  
الصحة العالمية

المجلس الوطني لشؤون الأسرة  
NATIONAL COUNCIL FOR FAMILY AFFAIRS

الجمعية الملكية للتوعية الصحية  
Royal Health Awareness Society  
صحتي قراري  
Choose Health



# تعليمات السلامة الوقائية لبرك السباحة إلك وفيد – صحتك بتهمنا

## إجراءات الوقاية العامة من فيروس كورونا:



الامتناع عن المصافحة  
والعناق والتقبيل



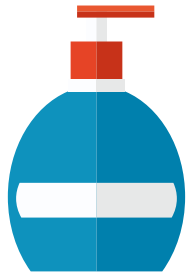
ارتداء الكمامة

غسل اليدين  
باستمرار بالماء  
والصابون لمدة 30  
ثانية في كل مرة



2 متر  
الحفاظ على  
التباعد الجسدي

استعمال المعقم  
الكحولي عند  
الحاجة



تجنّب الأماكن  
المزدحمة



الالتزام بآداب السعال  
والعطاس، والتخلص من  
المناديل الورقية في  
سلة مهملات مغلقة



البقاء في المنزل في حال الشعور بأعراض  
(صداع، ألم في الحلق، سعال جاف، ضيق في  
التنفس، الحمى، سيلان الأنف، تعب عام، آلام  
وأوجاع) أو في حال قمتم بمخالطة مصاب



تجنّب لمس الأسطح  
ومقابض الأبواب  
والسلالم



للاستفسار عن كل ما يخص فيروس كورونا – الاتصال على الرقم 111

للإبلاغ عن إصابات – الاتصال بالرقم 193



# إجراءات السلامة العامة لبرك السباحة:

1



وضع الكمامات باستثناء  
عند الدخول إلى برك  
السباحة



قياس درجة الحرارة  
للعاملين والمنتسبين قبل  
الدخول إلى المسبح



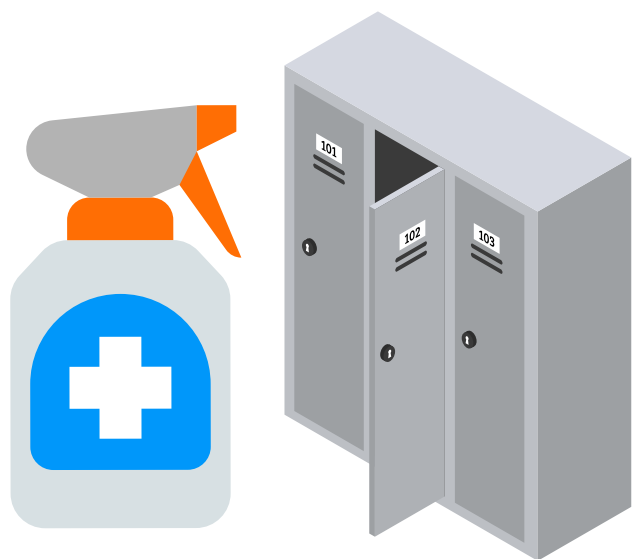
تعقيم المنشأة قبل البدء  
باستخدامها، وبشكل دوري

غسل اليدين بالماء والصابون  
قبل النزول إلى المسبح  
لمدة 30 ثانية أو استعمال  
معقم اليدين الكحولي



# إجراءات السلامة العامة لبرك السباحة:

2



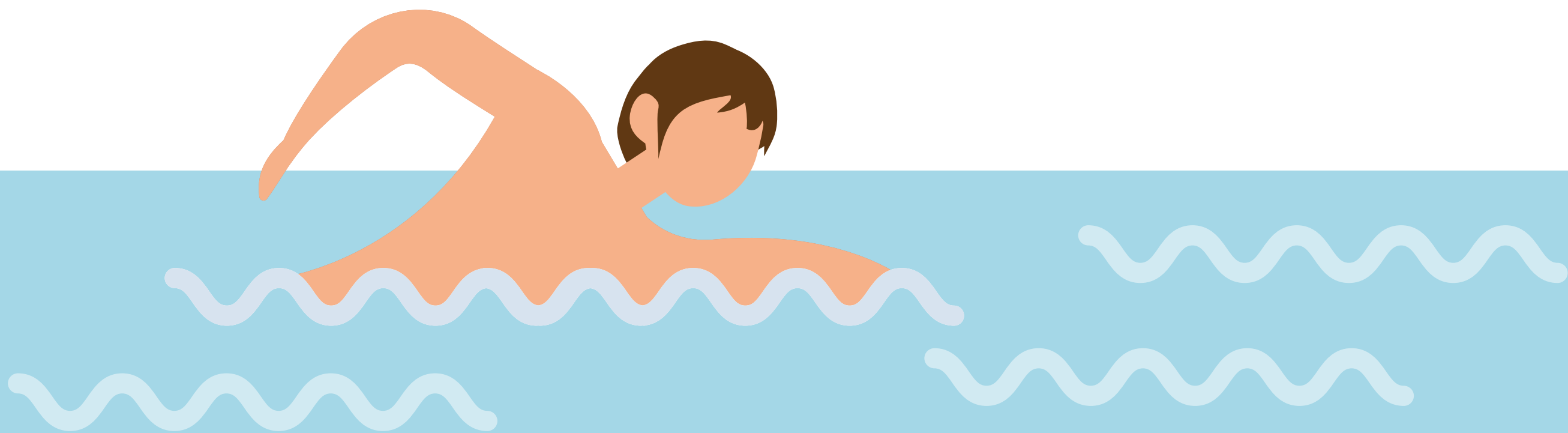
منع استخدام خزائن  
الأغراض الشخصية لأكثر  
من شخص مع استمرار  
التعقيم الدوري لها



توفير المعقمات  
والصابون والمناديل  
الورقية في جميع  
مرافق المسبح



التعميم على الكادر  
والمنتسبين عدم الخروج  
من المنزل في حال الشعور  
بأي من الأعراض (الصداع،  
ألم في الحلق، السعال  
الجاف، ضيق في التنفس،  
الحمى، سيلان الأنف، تعب  
عام، الآلام والأوجاع)



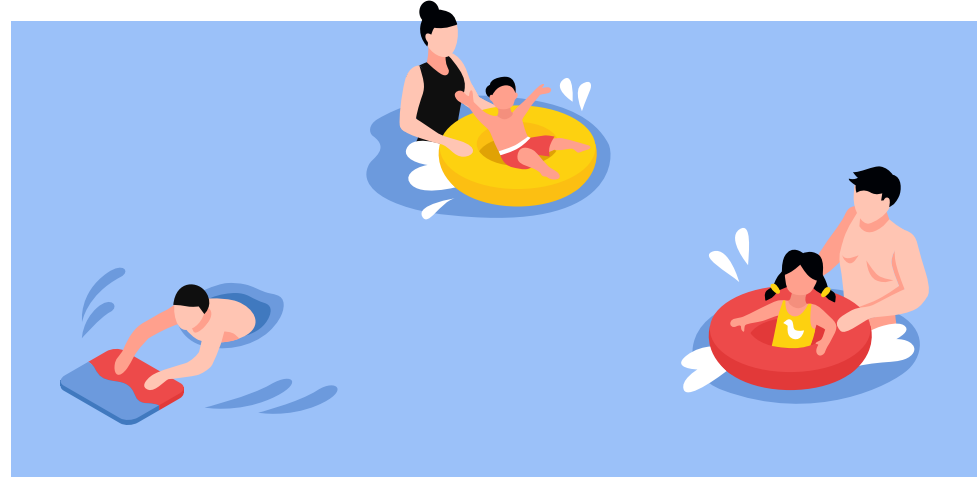
# إجراءات السلامة العامة لبرك السباحة: 3



قياس نسبة الكلور في المسبح  
كل ساعة، مع مراعاة تركيز  
الكلور في المسبح من 1-2  
ملغم/ لتر



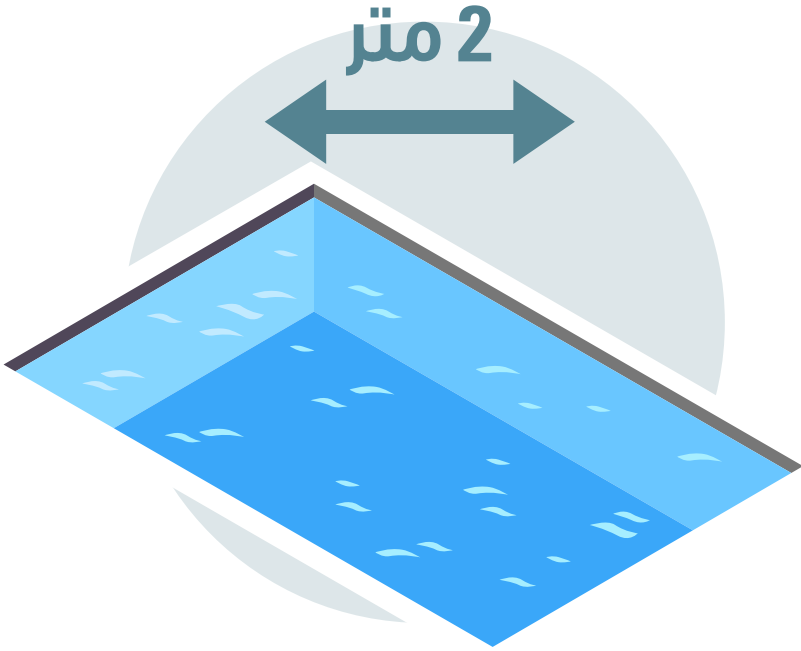
تعقيم الأسطح  
والأرضيات ودورات المياه  
يوميًا وكلما اقتضت  
الحاجة



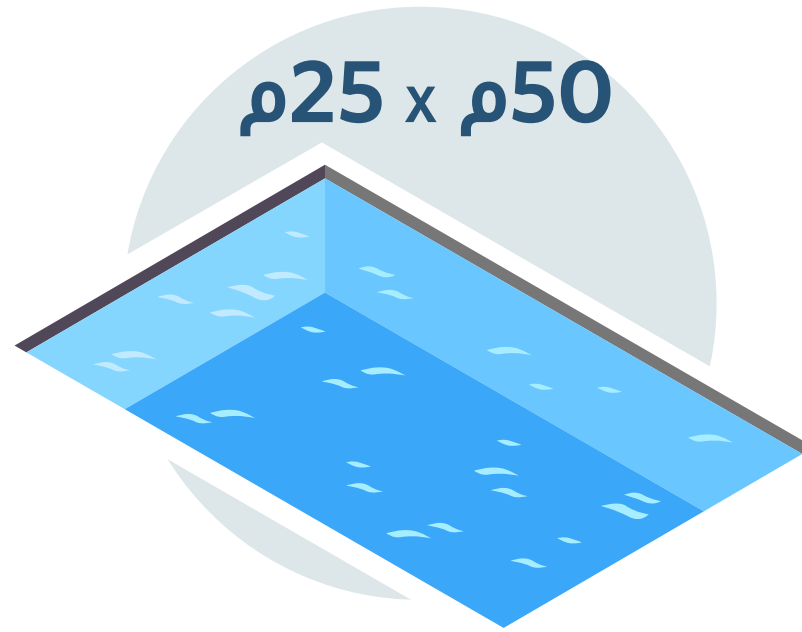
منع الإزدحام داخل برك  
السباحة، والسماح بسعة  
50% فقط

# 4 إجراءات السلامة العامة لبرك السباحة:

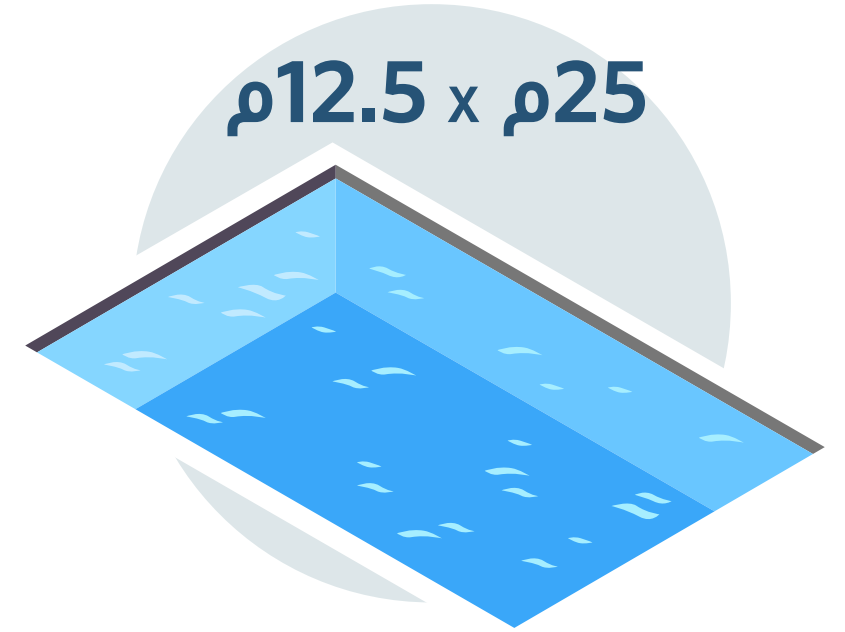
التباعد بين السباحين بمسافة لا تقل عن 2 متر  
وعلى النحو التالي:



المساح التية لا يوجد فيها  
حارات، يتم الالتزام بالتباعد  
بين السباحين بمسافة 2  
متر من كل الجهات أي  
بمساحة 4 متر لكل سباح



بركة 50م x 25م  
تقسم 10 حارات في كل  
حارة 5 سباحين من كل  
جهة



بركة 25م x 12.5م  
تقسم 5 حارات بسعة  
في كل حارة 2-3  
سباحين من كل جهة

إغلاق مرافق الاستحمام وغرف الغيار  
والساونا والجاكوزي بكافة أنواعها



## إجراءات الوقاية الخاصة ببرك السباحة – الأهل والأطفال



ارتداء الأطفال لملابس السباحة تحت الملابس في المنزل، حيث أن غرف تبديل الملابس ومرافق الاستحمام في المسابح ستكون مغلقة



أخذ المنشفة ومطرة المياه الخاصة بالأطفال ومعدات السباحة مثل سدادات الأذنين والنظارة



ارتداء الكمامة في منطقة الاستقبال وخارج محيط المسبح



غسل يديكم ويدين الأطفال جيداً بالماء والصابون قبل مغادرة المنزل

## إجراءات الوقاية الخاصة ببيرك السباحة – الأهل والأطفال

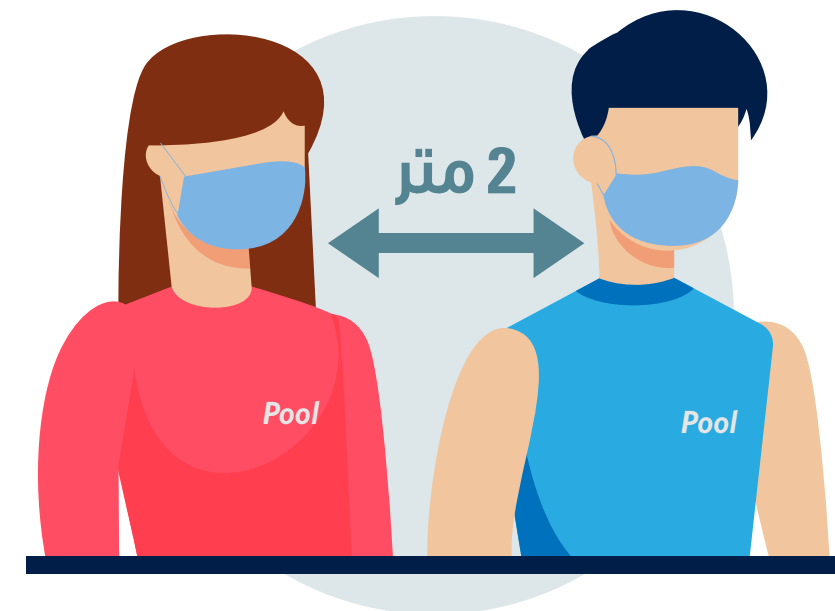


التأكد ما إذا كان المسبح يتبع  
كافة إجراءات السلامة عند  
مداخله ومخارجه



التوجه فور الوصول للمسبح إلى  
منطقة قياس درجة الحرارة ( على  
المسبح قياس درجة حرارة العاملين  
والعاملات والمنتسبين وجميع من  
يدخل إلى المسبح)

التأكد من التزام جميع العاملين في  
المسبح بالتباعد الجسدي والكمادات خارج  
محيط المسبح وعند منطقة الاستقبال





## إجراءات الوقاية الخاصة ببرك السباحة – الأهل والأطفال



تجنّب لمس الأسطح ومقابض الأبواب وغيرها قدر الإمكان، والعمل على حث أطفالكم على القيام بذلك وتبنيهم ومراقبتهم

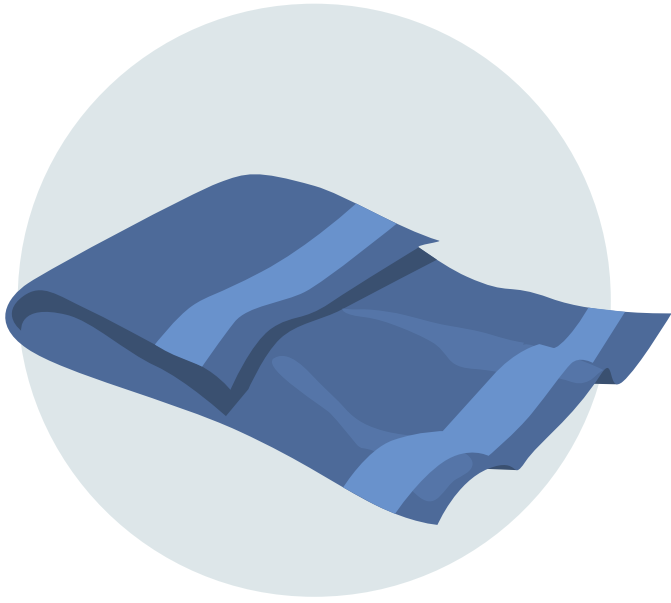


مغادرة المسبح في حال عدم تطبيقه لإجراءات السلامة

تعقيم يديكم ويدين الأطفال بعد الدخول إلى محيط المسبح وبعد لمس مقابض الأبواب وغيرها من الأسطح عند الدخول



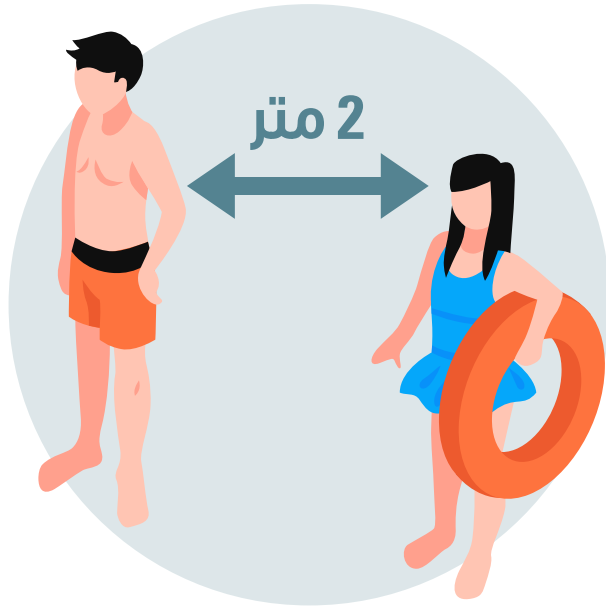
## إجراءات الوقاية الخاصة ببيرك السباحة – الأهل والأطفال



عدم مشاركة المناشف مع أحد  
ووضعها في حقيبة الأطفال أو  
مكان معقم ونظيف



خلع حذائكم وحذاء الأطفال قبل  
الدخول إلى محيط المسبح

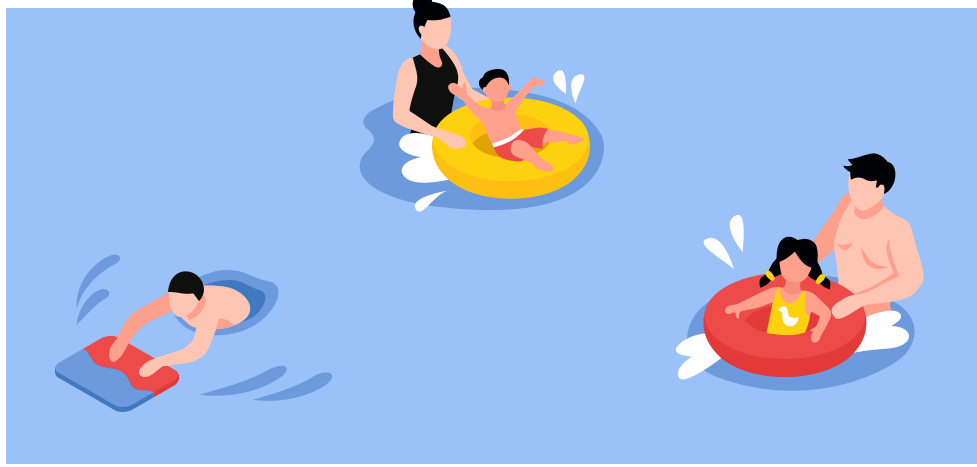


التزامكم والتزام أطفالكم بشروط  
التباعد داخل وخارج بركة السباحة



وضع مطرة مياه الأطفال في مكان آمن  
بالقرب منكم، وعدم استعمال برادات  
المياه (الكولر)

## إجراءات الوقاية الخاصة ببرك السباحة – الأهل والأطفال



التأكد من التزام المسبح بالحد الأقصى من المشتركين داخل المسبح (نسبة 50% أقل من السعة المعتادة)



التأكد من وجود مسافة 2 متر بينهم وبين المدربين وبين السباحين الآخرين أثناء ممارسة السباحة



التأكد من نظافة دورات المياه قبل استعمالكم أو استعمال أطفالكم، والتأكد من التزام المسبح بتعقيمها بشكل دوري، وقبل وبعد كل استعمال



الامتناع عن الدخول إلى المسبح أو نزول أطفالكم فيه حال كان مزدحم

# إجراءات الوقاية الخاصة ببرك السباحة – الأهل والأطفال

10



الامتناع عن التجمهر عند مداخل  
ومخارج المسبح أو الممرات أو  
فهي محيط المسبح



غسل يديكم ويدين الأطفال قبل  
مغادرة المنشأة بالماء والصابون  
لمدة 30 ثانية



غسل اليدين بالماء والصابون فور  
الدخول إلى المنزل

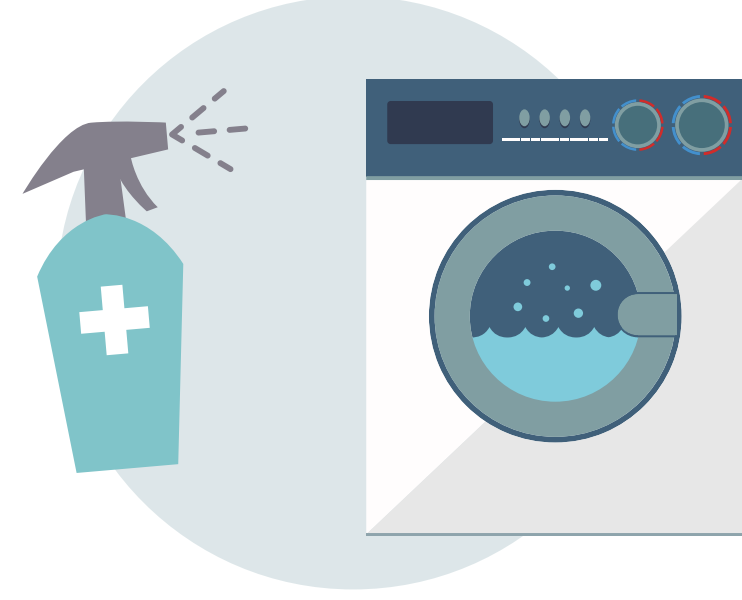


خلع حذائكم وحذاء أطفالكم على باب  
المنزل عند العودة إلى المنزل

# إجراءات الوقاية الخاصة ببيرك السباحة – الأهل والأطفال



الاستحمام في المنزل



تعقيم أدوات أطفالكم وغسل  
حقيبتهم ومنشفتهم ومطرة  
المياه عند العودة إلى المنزل

