



( يسري هذا القانون في ألمانيا ابتداء من اليوم ( 27 أبريل/نيسان )  
يجب ارتداء الكمامات، أو أقنعة الوجه بشكل اجباري، عند التسوق وفي وسائل النقل العامة  
ما الذي يجب توخيه عند ارتداء الكمامات اليومية  
لقد جمعنا مجموعة من المعلومات المهمة، التي تلخص مجموعة من الاجراءات حيال ذلك

## ماهي أنواع الكمامات المسموح بها

- Mund-Nasen-Schutz(MNS) الكمامة أو قناع الوجه متعدد الطبقات، لحماية الأنف والفم ويسمى -
  - FFP Atemschutzmasken الكمامة الطبية وتسمى -
  - الكمامة المصنوعة يدويا من القماش -
  - الشال أو المناديل -
- يمكن اختيار أي نوع من الكمامات أعلاه، ولكن الأهم من ذلك، يجب أن توفر الكمامة غطاء وحماية للذقن، الأنف والفم  
يوجد في الانترنت ارشادات وطرق كثيرة لصناعة الكمامات يدوياً من القماش

## : أين يجب ارتداء الكمامات

يجب ارتداء الكمامة بشكل عام في ألمانيا، في وسائل النقل العامة وعند التسوق. هذا القانون يسري في كل ألمانيا ما عدا في برلين، حيث أن ارتداء الكمامة ليس اجباري عند التسوق

تختلف القوانين عن بعضها جزئياً من ولاية لولاية لذلك يفضل الاستعلام في ولاياتكم بشكل مفصل عن القوانين الواجب مراعاتها -  
ومعرفتها

هام للعائلات: استخدام الكمامة للأطفال في الكثير من الولايات اجباري. لا يشمل القانون الأطفال الصغار جدا أو الرضع -  
في بعض الولايات استخدام الكمامات للأطفال المدارس اجباري وفي ولايات أخرى استخدام الكمامة للأطفال اجباري ابتداء من سن -  
السادسة لذلك يفضل الاستعلام في ولاياتكم بشكل مفصل عن القوانين الواجب مراعاتها ومعرفتها بخصوص أطفالكم

## : الوقاية

- تحذير ▪  
الكمامات اليومية لا توفر الوقاية لمستخدمها ولكنها تساعد في عدم نقل الفيروس للآخرين. الكمامة ترد وتحجز -  
القطيرات أو الرذاذ للشخص أثناء الكلام او السعال والعطس عن الاخرين. تساعد الكمامة أيضا في منع لمس  
اليدين للفم والأنف والأغشية المخاطية  
ارتداء الكمامة لا يحل محل الإجراءات الوقائية الأساسية لذلك الرجاء الالتزام بالمحافظة على مسافة أمان -  
بمقدار 1.5 متر بينك وبين الاخرين والتقيد بإجراءات النظافة الوقائية المعتادة

: ما الذي يجب توخيه عند ارتداء الكمامات اليومية

- الكمامة يجب أن تغطي الذقن، الفم والأنف بشكل جيد -
- يجب عدم لمس الكمامة عند ارتدائها -
- يجب استبدال الكمامة فورا عندما تصبح رطبة بسبب التنفس -
- عند نزع الكمامة، يجب مراعاة لمس فقط، طرف الكمامة، من خلال (الأشرطة الجانبية أو -  
(الجزء المطاطي الملامس للأذن
- عند غسل قماش الكمامات، وأي شي آخر يستخدم للحماية، كالشال أو المناديل أو ما شابه.. -  
ينصح بغسلها بالغسالة، وبدرجة حرارة 60 درجة مئوية