

	Arabic
COVID-19 vaccination	لقاحات كوفيد-19
A guide to the programme	دليل إلى البرنامج
This leaflet explains about the COVID-19 vaccination programme and who is eligible.	تهدف هذه النشرة إلى إيضاح برنامج التطعيم باللقاحات المضادة لفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) والأشخاص المؤهلين.
Find out more at www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	اكتشف المزيد على: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine
What is COVID-19 or Coronavirus?	ما مرض كوفيد-19 أو فيروس كورونا المستجد؟
COVID-19 is caused by a new coronavirus, known as SARS-CoV-2. It was first identified in late 2019. It is very infectious and can lead to severe respiratory disease.	مرض كوفيد-19 يسببه فيروس كورونا جديد، يُعرف بالاختصار SARS-CoV-2 (فيروس كورونا 2 المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة). وتم اكتشافه لأول مرة في أواخر عام 2019. وهو مُعدٍ جدًا ويمكن أن يؤدي إلى الإصابة بمرض شديد في الجهاز التنفسي.
Many people who are infected may not have any symptoms or only have mild symptoms. These commonly start with cough, fever, headache and loss of taste or smell.	والعديد من الأشخاص الذين يصابون بالعدوى قد لا يشعرون بأي أعراض أو بأعراض بسيطة فقط. وتبدأ هذه الأعراض عادة بالسعال والخُمى (ارتفاع درجة حرارة الجسم) وفقدان حاسة التذوق أو الشم.
Some people will feel very tired, have aching muscles, diarrhoea and vomiting, fever and confusion. A small number of people then go on to have severe disease which may require hospitalisation or admission to intensive care.	ويشعر بعض الأشخاص بتعب شديد وألم في العضلات ويصابون بالإسهال والقيء والخُمى والتشنج. ويصل عدد صغير من الأشخاص إلى الإصابة بمرض شديد قد يتطلب دخولهم المستشفى (التنويم) أو وحدة العناية المركزة.
Overall fewer than 1 in 100 people who are infected will die from COVID-19, but in those over 75 years of age this rises to 1 in 10.	بوجه عام، أقل من شخص واحد (1) من كل 100 شخص يُصاب يموت بسبب فيروس كورونا (كوفيد-19)، لكن ترتفع هذه النسبة إلى شخص واحد (1) من كل 100 شخص في حالة كبار السن الذين يزيد عمرهم عن 75 عامًا.
There is no cure for COVID-19 although some newly tested treatments do help to reduce the risk of complications.	ليس هناك علاج لمرض كوفيد-19 رغم أن بعض العلاجات المخترعة حديثًا تساعد فعليًا في الحد من خطر الإصابة بالمضاعفات.
About the types of vaccine	نبذة عن أنواع اللقاح
In Northern Ireland, several different types of COVID-19 vaccines will be used during 2021. The vaccines will only be approved on the basis of large studies of safety and effectiveness.	في أيرلندا الشمالية، سوف تُستخدم عدة أنواع مختلفة من اللقاحات المضادة لفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) خلال عام 2021. ويتم اعتماد اللقاحات فقط بالاستناد إلى دراسات كبيرة حول السلامة والفعالية.
Over 34 million people in the UK have been vaccinated against COVID-19 and the vaccine has already prevented many cases and more than 10,000 deaths from COVID-19.	وتلقى أكثر من 34 مليون شخص في المملكة المتحدة اللقاح المضاد لكوفيد-19 ونجح اللقاح بالفعل في الوقاية من حالات كثيرة وأكثر من 10000 حالة وفاة بسبب كوفيد-19.
Recently there have been reports of an extremely rare condition involving blood clots and unusual bleeding after vaccination with AstraZeneca (AZ). This is being carefully reviewed but the risk factors for this condition are not yet clear. Because of the high risk of complications and death from COVID-19, the Medicines Healthcare products and Regulatory Agency (MHRA), the World Health Organization and the European Medicines Agency have concluded that the	كانت هناك في الآونة الأخيرة تقارير عن حالة نادرة للغاية تنطوي على تجلطات دم (تخثرات) ونزف غير معتاد بعد التطعيم بلقاح أسترازينيكا (AZ). ويجري في الوقت الحاضر مراجعة هذه الحالة ولكن عوامل الخطر المتعلقة بها لم تتضح بعد. ونظرًا للمخاطر العالية للمضاعفات والوفاة التي تحدث بسبب فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، توصلت هيئة تنظيم الأدوية ومنتجات الرعاية الصحية ومنظمة الصحة العالمية والوكالة الأوروبية للأدوية إلى أن كفة الميزان ترجح كثيرًا في صالح التطعيم.

balance is very much in favour of vaccination.	
Who should have the COVID-19 vaccines?	من الأشخاص الذين ينبغي لهم تلقي لقاحات كوفيد-19؟
Initially, the Joint Committee on Vaccination and Immunisation (JCVI), an independent expert group, recommended that these vaccines were offered to those at highest risk of catching the infection and of suffering serious complications if they catch the infection.	بدايةً، أوصت اللجنة المشتركة للتطعيم والتحصين وهي فريق خبراء مستقل بإعطاء هذه اللقاحات إلى الأشخاص المعرضين لأعلى المخاطر من الإصابة بالفيروس وبمضاعفات خطيرة إذا أصيبوا بالفيروس.
This included older adults, frontline health and social care workers, care home residents and staff, and those with certain clinical conditions.	وشمل ذلك كبار السن، والعاملين في مجال الصحة والرعاية الاجتماعية الذين يختلطون اختلاطاً مباشراً بالناس، والمقيمين والعاملين في مجال الرعاية المنزلية، والأشخاص الذين لديهم حالات سريرية (صحية) معينة.
Am I at risk from COVID-19 infection?	هل أنا معرض لخطر الإصابة بكوفيد-19؟
Coronavirus can affect anyone. If you are an older adult and have a long-term health condition, you should have already been offered the vaccine.	فيروس كورونا يمكن أن يصيب أي شخص. فإن كنت من كبار السن ولديك حالة صحية طويلة الأجل، فينبغي أن تكون قد تلقيت اللقاح بالفعل.
Who is now eligible for the vaccination?	من الأشخاص المؤهلون الآن لتلقي اللقاح؟
The vaccine is now being offered to people at lower risk from the complications of COVID-19. You are still at risk of catching the infection and passing it on to others.	يُعطى اللقاح الآن للأشخاص المعرضين لخطر أدنى من الإصابة بمضاعفات فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19). وأنت لا تزال في خطر من الإصابة بالفيروس ونقله إلى الآخرين.
For most younger people COVID-19 is usually a milder illness that rarely leads to complications. For a few people the symptoms may last for longer than the usual two to three weeks. The vaccination will help to protect you against COVID-19.	عندما يُصاب معظم الشباب بكوفيد-19 فإنه عادة ما يكون مرضاً بسيطاً وندراً ما يؤدي إلى الإصابة بمضاعفات. وبالنسبة لقلّة من الأشخاص قد تطول الأعراض لأكثر من المدة المعتادة التي تستمر لأسبوعين إلى ثلاثة أسابيع. وسوف يساعد اللقاح في حمايتك من كوفيد-19.
The vaccine will be offered to those under 50 years old in the following order:	سوف يُعطى اللقاح للأشخاص الذين يقلّ عمرهم عن 50 عاماً بالترتيب التالي:
• 40 - 49 years	• من 40 إلى 49 عاماً
• 30 - 39 years	• من 30 إلى 39 عاماً
• 18 years and over	• 18 عاماً فأكثر
The risk remains higher in older ages. For example the risk of dying from COVID-19 in someone aged 40 to 49 is 3 times higher than someone in the 30 to 39 year age group and 12 times higher than someone in the 20 to 29 year age group.	يظلّ الخطر أعلى لدى الأشخاص الأكبر سناً. فعلى سبيل المثال، يزيد خطر التعرض للوفاة بسبب كوفيد-19 لدى شخص بالفئة العمرية 40 إلى 49 عاماً بواقع 3 مرات عن شخص بالفئة العمرية 30 إلى 39 عاماً، وبواقع 12 مرة عن شخص بالفئة العمرية 20 إلى 29 عاماً.
As the programme progresses, the JCVI will advise on the appropriate vaccine for each age group. The vaccine offered may depend on your age. Currently the JCVI has advised it is preferable for healthy people under 40, who have not yet received a first dose, to have a vaccine other than AstraZeneca (AZ).	سوف تقدم اللجنة المشتركة للتطعيم والتحصين مع التقدم في البرنامج المشورة حول اللقاح المناسب لكل فئة عمرية. وقد يعتمد إعطاء اللقاح على عمرك. وفي الوقت الحاضر، تشير اللجنة بأنه من المفضل للأشخاص الأصحاء الذين تقلّ أعمارهم عن 40 عاماً ولم يتلقوا جرعة أولى بتلقي لقاح آخر غير لقاح أسترازينيكا (AZ).
The time when it will be offered will be based on the availability of those vaccines. Anybody who was previously eligible for vaccination remains so and should make an appointment	ويتوقف وقت إعطاء اللقاحات على توافرها. وأي شخص كان مؤهلاً للحصول على اللقاح من قبل يظلّ مؤهلاً وينبغي أن يحدد موعداً لبدء الدورة العلاجية الموصى بها له أو استكمالها.

to start or complete their recommended course.	
Pregnant women	النساء الحوامل
The JCVI has now advised that pregnant women should be offered vaccination at the same time as the rest of the population, based on their age and clinical risk group.	الآن أوصت اللجنة المشتركة للتطعيم والتحصين بتطعيم النساء الحوامل في نفس الوقت مثل بقية الأشخاص، على أساس عمرهن ومجموعة الخطر السريري.
The Pfizer BioNTech and Moderna vaccines are the preferred vaccines for pregnant women of any age. There is now extensive experience of the use of the Pfizer BioNTech and Moderna vaccines in pregnancy in the USA with no safety concerns. Pregnant women who commenced vaccination with the AZ vaccine, however, are advised to complete with the same vaccine.	ولقاحا شركتي فايزر وموديرنا هما اللقاحان المفضلان للنساء الحوامل في أي عمر. وتوجد الآن خبرة كثيفة في استخدام لقاح فايزر-بيونتك ولقاح موديرنا مع الحمل في الولايات المتحدة الأمريكية بدون أي مخاوف تتعلق بالسلامة. لكن، النساء الحوامل اللاتي بدأن التطعيم بلقاح أسترازينيكا يُنصحن بإكمال الدورة العلاجية بنفس اللقاح.
Who cannot have the vaccine?	من الأشخاص الذين لا يمكنهم تلقي اللقاح؟
The vaccines do not contain organisms that grow in the body, and so are safe for people with disorders of the immune system. These people may not respond so well to the vaccine. A very small number of people who are at risk of COVID-19 cannot have the vaccine – this includes some people who have severe allergies and people with certain blood disorders.	اللقاحات لا تحتوي على كائنات حية يمكنها أن تنمو في الجسم، ولذلك فهي آمنة على الأشخاص الذين لديهم اعتلالات في الجهاز المناعي. وهؤلاء الأشخاص ربما لا يستجيبون استجابة جيدة للقاح. وثمة عدد قليل جداً من الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) لا يمكنهم تلقي اللقاح، ومن بينهم بعض الأشخاص الذين لديهم حساسيات (حالات تحسس) شديدة والأشخاص الذين لديهم مشاكل معينة في الدم.
Who should wait to have the vaccine?	من الأشخاص الذين يجب أن ينتظروا فلا يتلقون اللقاح؟
If you are currently unwell, self-isolating, waiting for a COVID-19 test or have had a positive COVID-19 test result in the last four weeks, you should delay vaccination until later.	إذا كنت تشعر بالمرض حالياً، أو في عزلة ذاتي، أو تنتظر نتيجة تحليل فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) أو جاءت نتيجته إيجابية في الأسابيع الأربعة الأخيرة، فينبغي لك أن تؤخر تلقي اللقاح لوقت لاحق.
Will the vaccine protect me?	هل سيعممني اللقاح؟
The COVID-19 vaccination will reduce the chance of you suffering from COVID-19 disease. It may take a few weeks for your body to build up some protection from the vaccine. Like all medicines, no vaccine is completely effective – some people may still get COVID-19 despite having a vaccination, but this should be less severe.	اللقاح المضاد لفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) سوف يخفض احتمالية إصابتك بالمرض بسبب هذا الفيروس. وربما استغرق الأمر بضعة أسابيع كي يبني الجسم بعض الحماية من اللقاح. وكما كل الأدوية، ليس ثمة لقاح فعال بالكامل، فربما أصيب بعض الأشخاص بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) رغم تطعيمهم باللقاح، ولكن هذا ينبغي أن يكون أقل شدة.
Will the vaccine have side effects?	هل سيكون للقاح آثار جانبية؟
Like all medicines, vaccines can cause side effects. Most of these are mild and short-term, and not everyone gets them. Even if you do have side effects after the first dose, you still need to have the second dose. Although you should get good protection from the first dose, having the second dose should give you longer lasting protection against the virus.	اللقاحات شأنها شأن جميع الأدوية يمكن أن تتسبب في آثار جانبية، ومعظمها طفيف وقصير الأجل، ولا تحدث لجميع الأشخاص. وحتى لو لم يكن لديك الآثار الجانبية بعد الجرعة الأولى فلا تزال تحتاج إلى الجرعة الثانية. ورغم أنك قد تحصل على حماية جيدة من الجرعة الأولى، فإن الحصول على الجرعة الثانية ينبغي أن يمنحك حماية تدوم طويلاً ضد الفيروس.

Very common side effects include:	الآثار الجانبية الشائعة جدًا تشمل:
<ul style="list-style-type: none"> having a painful, heavy feeling and tenderness in the arm where you had your injection. This tends to be worst around 1-2 days after the vaccine 	<ul style="list-style-type: none"> شعور مؤلم ثقيل وألم في الذراع الذي تم فيه الحقن. ويميل هذا إلى أن يكون في أسوأ حالاته بعد تلقي اللقاح بيوم إلى يومين (1-2).
<ul style="list-style-type: none"> feeling tired 	<ul style="list-style-type: none"> الشعور بالتعب
<ul style="list-style-type: none"> headache, aches and chills 	<ul style="list-style-type: none"> صداع، أو جاع، إحساس بالبرد مع ارتعاش
You can rest and take the normal dose of paracetamol (follow the advice in the packaging) to help you feel better. Although feeling feverish with flu-like symptoms is not uncommon for two to three days, a high temperature* is unusual and may indicate you have COVID-19 or another infection. Side effects following vaccination normally last less than a week. If your symptoms seem to get worse or if you are concerned, call NHS 111.	ويمكنك الراحة وتناول الجرعة العادية من باراسيتامول (اتبع المشورة التي على العبوة) لمساعدتك على التحسن. ورغم أن الشعور بشيء من الحمى مع أعراض تشبه أعراض الإنفلونزا ليس أمرًا غير شائع مدة أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع، فإن ارتفاع درجة حرارة الجسم* هو أمر غير معتاد وقد يدل على إصابتك بفيروس كورونا (كوفيد-19) أو عدوى أخرى. وعادة ما تستمر الآثار الجانبية التي تلي التطعيم باللقاح أقل من أسبوع. فإن بدا أن الأعراض تزداد سوءًا أو إذا كان لديك مخاوف يُرجى الاتصال على بالرقم: 111 لهيئة الصحة الوطنية.
*If you are on chemotherapy and have a high temperature, contact your local cancer care unit.	*إذا كنت تخضع للعلاج الكيماوي ولديك ارتفاع في درجة الحرارة، فاتصل بوحدة الرعاية المحلية المعنية بمكافحة السرطان.
If you experience any of the following more than 4 days and within 28 days (4 weeks) after vaccination you should seek medical advice urgently from your GP or Emergency Department.	إذا كنت تعاني من أي من الأعراض التالية لأكثر من 4 أيام وخلال 28 يومًا (4 أسابيع) بعد التطعيم باللقاح، فينبغي أن تحصل على مشورة طبية عاجلة من الممارس العام الخاص بك أو قسم الطوارئ.
<ul style="list-style-type: none"> a new, severe headache which is not helped by usual painkillers or is getting worse; 	<ul style="list-style-type: none"> صداع جديد شديد لا تساعد فيه مسكنات الألم أو يزداد سوءًا؛
<ul style="list-style-type: none"> an unusual headache which seems worse when lying down or bending over or may be accompanied by 	<ul style="list-style-type: none"> صداع غير عادي يكون أسوأ عند الاستلقاء أو الانحناء أو قد يصحبه
- blurred vision, nausea and vomiting	- عدم وضوح في الرؤية، وغثيان، وقيء
- difficulty with your speech	- صعوبة في الكلام
- weakness, drowsiness or seizures;	- ضعف، أو نعاس، أو نوبات مرضية؛
<ul style="list-style-type: none"> new, unexplained pinprick bruising or bleeding; 	<ul style="list-style-type: none"> كدمات أو نزيف على شكل نقط إبرية جديدة غير مفهومة السبب؛
<ul style="list-style-type: none"> shortness of breath, chest pain, leg swelling; 	<ul style="list-style-type: none"> ضيق في التنفس، ألم في الصدر، تورم في الأرجل؛
<ul style="list-style-type: none"> persistent abdominal pain. 	<ul style="list-style-type: none"> ألم مستمر في البطن.
If you have any of the above symptoms after your first vaccination, you should speak to your doctor or specialist before having the second dose.	إذا كان لديك أي من الأعراض المذكورة آنفًا بعد تلقيك الجرعة الأولى، فينبغي أن تتحدث إلى طبيبك أو الاختصاصي قبل تلقي الجرعة الثانية.
If you do seek advice from a doctor or nurse please make sure you tell them about your vaccination (show them the vaccination card if possible) so that they can assess you properly. You can also report suspected side effects to vaccines and medicines through the	وإذا سعت للحصول على مشورة من طبيب أو ممرض(ة)، فاحرص على إخبارهما باللقاح الذي تلقيته (أظهر لهما بطاقة التطعيم إذا كان ذلك ممكنًا) حتى يمكنهما تقييم حالتك على النحو الصحيح. يمكنك كذلك الإبلاغ عن الآثار الجانبية المشتبه بها للقاحات والأدوية خلال خطة Yellow Card (البطاقة الصفراء). انظر الصفحة 8

Yellow Card scheme. See page	
If you are currently in the clinically extremely vulnerable group, please continue to follow the government guidance.	إذا كنت حاليًا في المجموعة أو الفئة الضعيفة للغاية سريريًا، فيرجى أن تستمر في اتباع توجيهات الحكومة.
What can I do after I have had the COVID-19 vaccine?	ماذا يمكنني أن أفعل بعد تلقي لقاح كوفيد-19؟
The vaccine cannot give you COVID-19 infection, and two doses will reduce your chance of becoming seriously ill. We do not yet know how much it will reduce the chance of you catching and passing on the virus. So, it is important to continue to protect those around you.	لا يمكن للقاح أن يصيبك بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، وسوف تحد الجرعتان من احتمالية إصابتك بالمرض على نحو جسيم. ولا نعلم بعد نسبة تقليل اللقاح من احتمالية إصابتك بالفيروس ونقلك إياه. ولذلك من الأهمية أن تستمر في حماية الأشخاص من حولك.
Remember, to protect yourself and your family, friends and colleagues you MUST still follow any local restrictions and:	وتذكر، من أجل حماية نفسك وأسرتك وأصدقائك وزملائك، لا يزال "عليك" أن تطبق أي قيود محلية وأن:
<ul style="list-style-type: none"> practise social distancing wear a face covering wash your hands regularly open windows to let fresh air in follow the current guidance at www.nidirect.gov.uk/coronavirus 	<ul style="list-style-type: none"> تطبق التباعد الاجتماعي ترتدي غطاء للوجه تغسل يديك بانتظام تفتح النوافذ لدخول الهواء النقي تتبع التوجيهات الحالية الواردة على موقع الويب: www.nidirect.gov.uk/coronavirus
Keep your card safe and make sure you keep your next appointment to get your second dose.	حافظ على سلامة بطاقتك واحرص على الالتزام بموعدك التالي لتحصل على الجرعة الثانية.
Make sure you keep this record card with you	احرص على المحافظة على بطاقة التسجيل هذه معك
Don't forget your COVID-19 vaccination Protect yourself.	لا تنس لقاح كوفيد-19 الخاص بك امنح نفسك الحماية.
For more information on the COVID-19 vaccination or what to do after your vaccination, see www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	للمزيد من المعلومات حول اللقاح المضاد لفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) أو ماذا تفعل بعد تلقيك اللقاح، تفضل بزيارة: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine
Can I catch COVID-19 from the vaccine?	هل يمكن أن أصاب بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) من اللقاح؟
You cannot catch COVID-19 from the vaccine but it is possible to have caught COVID-19 and not realise you have the symptoms until after your vaccination appointment.	لا يمكن أن تصاب بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) من اللقاح ولكن من الممكن أنك أصبت به ولا تدرك أن لديك الأعراض إلا بعد التطعيم.
The most important symptoms of COVID-19 are recent onset of any of the following:	الأعراض الأكثر أهمية لفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) هي التعرض لإصابة حديثة بأي مما يلي:
<ul style="list-style-type: none"> a new continuous cough a high temperature a loss of, or change in your normal sense of taste or smell 	<ul style="list-style-type: none"> سعال مستمر ومستمر ارتفاع في درجة الحرارة فقدان أو تغير حاسني التذوق أو الشم المعتادتين لديك
If you have the symptoms above, stay at home and arrange to have a test.	إذا كان لديك الأعراض المذكورة آنفًا، فيجب أن تبقى في المنزل وترتب لإجراء اختبار (تحليل).
What do I do next?	ما خطواتي التالية؟
After you have had the first dose you need to plan to attend your second appointment. You	بعد أن تلقيت الجرعة الأولى، عليك أن تخطط لحضور موعد جرعتك الثانية. وينبغي أن تكون معك بطاقة تسجيل، وينبغي

should have a record card and your next appointment should be between 3 and 12 weeks later.	أن يكون موعدك القادم بين 3 أسابيع و 12 أسبوعًا بعد الجرعة الأولى.
Although the first dose will give you good protection, you need the second dose to get longer lasting protection.	ورغم أن الجرعة الأولى سوف تمنحك حماية جيدة فإنك تحتاج إلى الجرعة الثانية للحصول على حماية تدوم طويلاً.
What should I do if I am not well when it is my next appointment?	ماذا ينبغي أن أفعل إذا كنت مريضاً عندما يحين مواعيدي التالي؟
If you are unwell, it is better to wait until you have recovered to have your vaccine, but you should try to have it as soon as possible.	إذا كنت مريضاً، فمن الأفضل أن تنتظر حتى تتعافى ثم تحصل على اللقاح، ولكن عليك أن تحاول الحصول عليه في أقرب وقت ممكن.
You should not attend a vaccine appointment if you are self-isolating, waiting for a COVID-19 test or within four weeks of having a positive COVID-19 test.	وينبغي ألا تحضر موعد التطعيم إذا كنت في عزلة ذاتي، أو تنتظر إجراء تحليل فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، أو في فترة 4 أسابيع من الحصول على نتيجة إيجابية لتحليل كوفيد-19.
Please read the product information leaflet for more details on your vaccine, including possible side effects, by searching Coronavirus Yellow Card. You can also report suspected side effects on the same website or by downloading the Yellow Card app.	الرجاء قراءة نشرة معلومات المنتج للاطلاع على تفاصيل اللقاح الذي ستلقاه، بما في ذلك الآثار الجانبية المحتملة، بالبحث عن Coronavirus Yellow Card (بطاقة فيروس كورونا الصفراء). يمكنك كذلك الإبلاغ عن الآثار الجانبية المشتبه بها على نفس موقع الويب أو بتنزيل تطبيق Yellow Card (البطاقة الصفراء).
coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk	coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk
Remember	تذكر
COVID-19 is spread through droplets expelled from the nose or mouth, particularly when speaking or coughing. It can also be picked up by touching your eyes, nose and mouth after contact with contaminated objects and surfaces.	فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) ينتشر عبر الرذاذ الخارج من الأنف أو الفم، خاصة أثناء الكلام أو السعال. ويمكن الإصابة به كذلك بلمس العينين والأنف والفم بعد ملامسة أجسام أو أسطح ملوثة.
You MUST still continue to follow any local restrictions and:	ولا يزال "عليك" أن تطبق أي قيود محلية وأن:
<ul style="list-style-type: none"> practise social distancing 	<ul style="list-style-type: none"> تطبق التباعد الاجتماعي
<ul style="list-style-type: none"> wear a face covering 	<ul style="list-style-type: none"> ترتدي غطاءً للوجه
<ul style="list-style-type: none"> wash your hands regularly 	<ul style="list-style-type: none"> تغسل يديك بانتظام
<ul style="list-style-type: none"> open windows to let in fresh air 	<ul style="list-style-type: none"> تفتح النوافذ لدخول الهواء النقي
<ul style="list-style-type: none"> follow the current guidance at www.nidirect.gov.uk/coronavirus 	<ul style="list-style-type: none"> تتبع التوجيهات الحالية الواردة على موقع الويب: www.nidirect.gov.uk/coronavirus
Vaccination, helping to protect those most vulnerable.	التطعيم باللقاح، حماية الأشخاص الأكثر ضعفاً.
If you need more information on the COVID-19 vaccination please visit: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	إذا كنت تحتاج للمزيد من المعلومات حول اللقاح المضاد لفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، تفضل بزيارة: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine
Information correct at time of publication. For the latest version of this leaflet and alternative formats visit the PHA website www.publichealth.hscni.net	المعلومات الواردة صحيحة وقت النشر. وللحصول على أحدث إصدار من هذه النشرة والصيغ البديلة، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني لهيئة الصحة العامة: www.publichealth.hscni.net
© Crown copyright 2021	حقوق الطبع والنشر © لعام 2021 محفوظة لمؤسسة Crown.
This information was originally developed by Public Health England and is used under the	طورت هيئة Public Health England (الصحة العامة إنجلترا) هذه المعلومات في الأصل ويجري استخدامها بموجب ترخيص الحكومة المفتوح الإصدار 3.0

Open Government Licence v3.0	
Tel: 0300 555 0114 (local rate)	الهاتف: 0300 555 0114 (بسرر المكالمة المحللة)
Find us on:	تعرف عللنا فف:

05/21