



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## دليل الاشتراطات الصحية لآلية عمل الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا

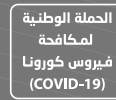
### آلية عمل الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا

تتكون الآلية من 4 مستويات تعتمد على متوسط نسبة الحالات القائمة الجديدة من إجمالي الفحوصات ، إضافة إلى مستوى الإشغال في العناية المركزة ، وذلك على النحو التالي:

المستويات | متوسط نسبة الحالات القائمة الجديدة من إجمالي الفحوصات

حين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة الجديدة لمدة 14 يوم من إجمالي الفحوصات أقل من 2%	الأخضر
حين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة الجديدة لمدة 7 أيام من إجمالي الفحوصات بين 2% وأقل من 5%	الأصفر
حين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة الجديدة لمدة 4 أيام من إجمالي الفحوصات بين 5% وأقل من 8%	البرتقالي
حين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة الجديدة لمدة 3 أيام من إجمالي الفحوصات 8% وأكثر	الأحمر

● بعض المناسبات التي يحددها الفريق الوطني الطبي لن تخضع لمعطيات " آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا " لما يشكل التجمع فيها من خطرٍ على صحة وسلامة الجميع.



## آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا

المستويات	متوسط نسبة الحالات القائمة الجديدة من إجمالي الفحوصات
الأخضر	حين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة الجديدة لمدة 14 يوم من إجمالي الفحوصات أقل من 2%
الأصفر	حين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة الجديدة لمدة 7 أيام من إجمالي الفحوصات بين 2% وأقل من 5%
البرتقالي	حين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة الجديدة لمدة 4 أيام من إجمالي الفحوصات بين 5% وأقل من 8%
الأحمر	حين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة الجديدة لمدة 3 أيام من إجمالي الفحوصات 8% وأكثر

- الانتقال من مستوى لآخر تنازلياً يستوجب البقاء في نفس المستوى لمدة لا تقل عن أسبوع.
- الانتقال من مستوى إلى آخر تصاعدياً لا يستوجب إتمام المدة المحددة لكل مستوى.
- يمكن الانتقال على سبيل المثال مباشرةً من المستوى الأخضر إلى المستوى الأحمر دون المرور بالمستويين الأصفر والبرتقالي.
- الضوابط المحددة للمستويات وفق آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار فيروس كورونا قابلة للتغيير بحسب المعطيات والمستجدات.

حماية  
والالتزامالحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)مملكة البحرين  
KINGDOM OF BAHRAINحين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة لمدة 14 يوم  
من إجمالي الفحوصات أقل من 2%

## المستوى الأخضر

## فتح القطاعات والأنشطة التالية للمتطعمين ولغير المتطعمين: ✓

المحال التجارية  
خارج المجمعات

المجمعات

إتاحة خيار الحضور  
بمؤسسات التعليم  
والتدريبإقامة المناسبات  
الخاصة في المنازلالصالات الرياضية  
وبرك السباحة

المطاعم والمقاهي

الفعاليات وقاعات  
المناسبات والمؤتمرات  
الخارجية فقط

الألعاب الترفيهية

محلات الحلالة  
والصالونات ومحلات السبا

دخول المراكز الحكومية

حضور الجماهير  
للفعاليات الرياضية  
في المناطق الخارجيةلمن هم دون 12 عامًا  
بصحبة شخص  
متطعم أو متعافيللمتعافين  
من  
الفيروسللمتطعمين  
الحاصلين على  
الشعار الأخضراقتصار فتح  
القطاعات  
والأنشطة التالية: ✓حضور الجماهير  
للفعاليات الرياضية  
الداخليةالفعاليات وقاعات  
المناسبات والمؤتمرات  
في المناطق الداخلية

دور السينما



حماية  
والتزامالحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)مملكة البحرين  
KINGDOM OF BAHRAINحين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة لمدة 7 أيام  
من إجمالي الفحوصات بين 2% وأقل من 5%

## المستوى الأصفر

تطبيق سياسة العمل من المنزل على كافة الجهات الحكومية  
بنسبة 50% من عدد الموظفين

سياسة العمل

فتح القطاعات والأنشطة التالية للمتطعمين ولغير المتطعمين:

المحال التجارية خارج المجمعات

إتاحة خيار الحضور بمؤسسات  
التعليم والتدريب

دخول المراكز الحكومية

إقامة المناسبات الخاصة في  
المنازل بما لا يتعدى 30 شخصاًلمن هم دون 12 عامًا  
بصحة شخص  
متطعم أو متعافيللمتعافين  
من  
الفيروس  
للمتطعمين  
الحاصلين على  
الشعار الأخضراقتصار فتح  
القطاعات  
والأنشطة التالية:الصالات الرياضية  
وبرك السباحة  
الداخليةالخدمات الداخلية  
للمطاعم والمقاهي

المجمعات



الألعاب الترفيهية

الصالونات ومحلات  
السبا ومحلات الحلقةالسماح بـ 50% فقط  
من الطاقة الاستيعابية  
لدور السينماحضور الجماهير  
للفعاليات الرياضيةالفعاليات وقاعات  
المناسبات والمؤتمرات

كما تبقى القطاعات الأساسية مفتوحة أمام الجميع، وهي كالتالي:

الهايبر ماركت، والسوبر ماركت، والبرادات والبقالات، ومحال بيع الخضروات والأسماك واللحوم الطازجة، المخازن اليدوية والتالية، محطات تعبئة الوقود ومحال تعبئة الغاز الطبيعي، المؤسسات الصحية الخاصة (فيما عدا بعض الخدمات الصحية التي يصدر بها تعميم من الهيئة الوطنية لتنظيم المهن والخدمات الصحية)، البنوك والمصارف ومحال الصرافة، المكاتب الإدارية للمؤسسات والشركات، والتي لا يتصل نشاطها بشكل مباشر مع الزبائن، المحال العاملة في استيراد وتصدير البضائع وتوزيعها، ورش وكراجات تصليح وصيانة المركبات ومحال قطع الغيار، قطاع الإنشاءات والصيانة، المصانع، محال الاتصالات والصيدليات.

حماية  
والالتزام

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)

مملكة البحرين  
KINGDOM OF BAHRAIN

حين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة لمدة 4 أيام  
من إجمالي الفحوصات بين 5% وأقل من 8%

## المستوى البرتقالي

مع إلزامية  
الفحص السريع

تطبيق سياسة العمل من المنزل على كافة  
الجهات الحكومية بنسبة 70% من عدد الموظفين

سياسة العمل



فتح القطاعات والأنشطة التالية للمتطعمين ولغير المتطعمين:

إقامة المناسبات الخاصة في المنازل بما  
لا يتعدى 6 أشخاص



إتاحة خيار الحضور بمؤسسات  
التعليم والتدريب



لمن هم دون 12 عامًا  
بصحبة شخص  
متطعم أو متعافي

للمتعافين  
من  
الفيروس

للمتطعمين  
الحاصلين على  
الشعار الأخضر



اقتصار فتح  
القطاعات  
والأنشطة التالية:



إقامة الفعاليات والمؤتمرات وقاعات  
المناسبات الداخلية بما لا يتعدى 30  
شخصًا للمناطق الداخلية و50 شخصًا  
للمناطق الخارجية



الخدمات الداخلية في المطاعم  
والمقاهي للحجز الواحد لا تتعدى 30  
شخصًا والحجز بالمناطق الخارجية  
بما لا يتعدى 50 شخصًا



الصالات الرياضية وبرك السباحة  
في المناطق الخارجية فقط



المحال التجارية  
خارج المجمعات



المجمعات



تقديم الصالونات ومحلات  
السبا ومحلات الحلالة للخدمات  
التي لا تتطلب نزع الكمام



دور السينما على  
المناطق الخارجية فقط



الألعاب الترفيهية  
على الخارجية فقط



دخول المراكز الحكومية



حضور الجماهير للفعاليات الرياضية في المناطق  
الخارجية فقط



كما تبقى القطاعات الأساسية مفتوحة أمام الجميع، وهي كالتالي:

الهايبر ماركت، والسوبر ماركت، والبرادات والبقالات، ومحال بيع الخضروات والأسماك واللحوم الطازجة، المخازن اليدوية والتالية، محطات تعبئة الوقود ومحال تعبئة الغاز الطبيعي، المؤسسات الصحية الخاصة (فيما عدا بعض الخدمات الصحية التي يصدر بها تعميم من الهيئة الوطنية لتنظيم المهن والخدمات الصحية)، البنوك والمصارف ومحال الصرافة، المكاتب الإدارية للمؤسسات والشركات، والتي لا يتصل نشاطها بشكل مباشر مع الزبائن، المحال العاملة في استيراد وتصدير البضائع وتوزيعها، ورش وكراجات تصليح وصيانة المركبات ومحال قطع الغيار، قطاع الإنشاءات والصيانة، المصانع، محال الاتصالات والصيدليات.

حماية  
والالتزامالحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)مملكة البحرين  
KINGDOM OF BAHRAINحين يبلغ متوسط نسبة الحالات القائمة لمدة 3 أيام  
من إجمالي الفحوصات 8% وأكثر

## المستوى الأحمر

مع إلزامية  
الفحص السريعتطبيق سياسة العمل من المنزل على كافة  
الجهات الحكومية بنسبة 70% من عدد الموظفين

سياسة العمل



## إغلاق القطاعات ومنع الأنشطة التالية:

الحضور بجميع مؤسسات التعليم والتدريب والاكثفاء بالتعلم عن بعد (ويستثنى من ذلك  
الحضور للامتحانات الدولية)

المطاعم والمقاهي

المحال التجارية خارج  
المجمعات

المجمعات

دور السينما وصالات  
العرض التابعة لهاإقامة المناسبات  
الخاصة في المنازلالصالات الرياضية  
وبرك السباحةالفعاليات والمؤتمرات  
وقاعات المناسبات

الألعاب الترفيهية

الصالونات ومحلات  
السبا ومحلات الحلقةحضور الجماهير  
للفعاليات الرياضية

## اقتصار المحلات التجارية والمطاعم على الطلبات الخارجية والاستلام

للمتعافين  
من  
الفيروسللمتعافين  
الحاصلين على  
الشعار الأخضردخول المراكز  
الحكوميةاقتصار فتح  
القطاعات  
والأنشطة التالية:

## كما تبقى القطاعات الأساسية مفتوحة أمام الجميع، وهي كالتالي:

الهايبر ماركت، والسوبر ماركت، والبرادات والبقالات، ومحال بيع الخضروات والأسماك واللحوم الطازجة، المخازن اليدوية  
والآلية، محطات تعبئة الوقود ومحال تعبئة الغاز الطبيعي، المؤسسات الصحية الخاصة (فيما عدا بعض الخدمات الصحية  
التي يصدر بها تعميم من الهيئة الوطنية لتنظيم المهن والخدمات الصحية)، البنوك والمصارف ومحال الصرافة، المكاتب  
الإدارية للمؤسسات والشركات، والتي لا يتصل نشاطها بشكل مباشر مع الزبائن، المحال العاملة في استيراد وتصدير  
البضائع وتوزيعها، ورش وكراجات تصليح وصيانة المركبات ومحال قطع الغيار، قطاع الإنشاءات والصيانة، المصانع، محال  
الاتصالات والصيدليات.

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها على صالات العرض بدور السينما لإحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

**يقتصر** دخول صالات العرض بدور السينما على:

**الحاصلين** على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) أو المتعافين منه.



**الأطفال** ممن تقل أعمارهم عن اثنا عشر سنة بصحبة شخص بالغ من الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) أو المتعافين منه.



**يكون الإثبات** من خلال تطبيق مجتمع واعى "BeAware" أو غيره من التطبيقات المعتمدة، أو بإبراز الوثيقة الدالة على ذلك.



**يجب** حجز التذاكر مسبقاً متى أمكن ذلك.



**يجب** تحديد مداخل ومخارج منفصلة إن أمكن مع وضع منظمين عند الأبواب للتأكد من عملية دخول وخروج الزوار ومنع التزاحم والتأكد من وجود مسافات التباعد الاجتماعي.



**يتم** وضع علامات واضحة لأماكن الوقوف بحيث تضمن التباعد الاجتماعي لمسافة لا تقل عن مترين في مناطق الانتظار (المداخل، أماكن بيع التذاكر، ودورات المياه).



**يجب** قياس درجة حرارة جميع العاملين ومرطادي السينما قبل دخول صالات العرض وذلك باستخدام مقياس الحرارة (Infrared Thermometer).



**يحظر** دخول من تكون درجة حرارته 37.5 درجة مئوية أو أعلى أو تظهر عليه اعراض مرتبطة بفيروس كورونا (Covid-19) ويُطلب منه المغادرة فوراً والاتصال على الرقم 444.



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها على صالات العرض بدور السينما لإحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

**يجب** على مرتادي دور السينما وجميع العاملين الالتزام بلبس الكمام في جميع الأوقات وعدم خلعها إلا في حالة الأكل أو الشرب.



**يجب** تقليل الطاقة الاستيعابية لدور السينما بما لا يقل عن 50% من السعة الإجمالية وترك كرسيين بين كل مجموعة بما يضمن مسافة التباعد الاجتماعي المطلوبة، مع وضع منظمين للتأكد من التزام مرتادي دور السينما بالاشتراطات المطلوبة.



**يجب** توفير الإمدادات الكافية من مستلزمات النظافة الشخصية كالصابون، معقمات اليد بنسبة لا تقل عن 70% من المادة الكحولية، والمناديل الورقية وحاويات القمامة.



تخضع كافة صالات العرض بدور السينما وفقاً لأحكام هذا القرار للتفتيش من قبل الجهات الحكومية المختصة للتأكد من الالتزام بالاشتراطات الصحية.



يجب تشجيع الزوار على الدفع بطريقة الكترونية وغير تلامسيه.



يجب تشجيع العاملين في دور السينما على الحصول على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19).



سيتم غلق أي منشأة لا تلتزم بتطبيق الاشتراطات والالتزامات المنصوص عليها في هذا القرار، وغيرها من القرارات ذات الصلة.









الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في المطاعم والمقاهي لإحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

**تقتصر الخدمة في داخل المطعم أو المقهى على:**

- الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) أو المتعافين منه.** 
- الأطفال ممن تقل أعمارهم عن اثنا عشر سنة بصحبة شخص بالغ من الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا المستجد (COVID-19) أو المتعافين منه.** 
- يكون الإثبات من خلال التطبيقات المعتمدة، أو من خلال بطاقة قبول شهادة التطعيم للزائرين من الدول الأخرى التي تم تزويدهم بها عند الوصول.** 
- يجب قياس درجة حرارة جميع العاملين والعملاء قبل دخول المطعم أو المقهى باستخدام مقياس الحرارة (Infrared Thermometer)، ويحظر على من تكون درجة حرارته 37.5 درجة مئوية أو أعلى دخول المطعم أو المقهى ويُطلب منه المغادرة فوراً والاتصال على الرقم 444.** 
- إذا ظهرت على أحد العاملين أو العملاء عند وصولهم إلى المطعم أو المقهى أي أعراض مرتبطة بفيروس كورونا (COVID-19)، يُمنع من دخول المطعم أو المقهى ويُطلب منه المغادرة فوراً والاتصال على الرقم 444.** 
- يجب على المطاعم والمقاهي تشجيع الحجوزات المسبقة، مع السماح بالدخول لمن يأتي دون حجز في حال توفر المكان لذلك.** 
- التأكد من تحميل العملاء غير الحاصلين على التطعيم وغير المتعافين لتطبيق مجتمع واعي "BeAware" وتفعيل خيار تحديد الموقع، وفي حال تعذر تحميل التطبيق يجوز تسجيل البيانات الشخصية للعملاء (الاسم ومعلومات الاتصال وتاريخ ووقت الزيارة).** 
- إذا كان المطعم أو المقهى لا يستطيع توفير مكان لجلوس العميل لأي سبب من الأسباب، يجب على العميل الانتظار خارج المطعم أو المقهى حتى يتمكن من الحصول على مكان للجلوس.** 

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في المطاعم والمقاهي لإحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

**يجب** توفير المطهرات التي تحتوي على ما لا يقل عن (70%) من الكحول في مناطق مختلفة من المطعم أو المقهى، بما في ذلك المدخل وعند دورات المياه.

**يجب** توفير المناديل الورقية.

**يجب** غسل أغطية الطاولة القابلة لإعادة الاستخدام، والحصائر والمناديل بعد كل استخدام، على أن يتم غسل المناشف بالماء الدافئ بدرجة حرارة (80) درجة مئوية أو أكثر دفئاً، كما ويفضل استخدام تلك الأغطية ذات الاستخدام الواحد فقط.

**يجب** على جميع العملاء ارتداء الكمامات أثناء الدخول والخروج من وإلى المطعم أو المقهى، ولا يسمح بدخول من لا يلتزمون بهذا الشرط.

**زيادة** عدد أوعية القمامة وزيادة عدد مرات التخلص من القمامة لاستيعاب الزيادة في الاستخدام.

**يجب** إزالة الأوعية المشتركة (مثل الملح والفلفل والسكر والكاتشب والخردل) من على الطاولة وتقديم في أكياس وعلب ذات استخدام الواحد.

**يجب** على العاملين غسل أيديهم بانتظام بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل، وعلى الفور إذا أصبحت أيديهم متسخة.

**يجب** على العاملين ارتداء القفازات في جميع الأوقات. ويجب استبدال القفازات إذا أصبحت متسخة أو ممزقة أو كلما استخدم العامل دورة المياه.

**اشتراطات  
خاصة  
بالعاملين**



**يجب** على المطاعم والمقاهي تقليل عدد العاملين للتأكد من أن العاملين الأساسيين فقط هم المتواجدين في كل نوبة، كلما كان ذلك ممكناً.

**يجب** على العاملين ارتداء قناع الوجه في جميع الأوقات.

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في المطاعم والمقاهي لإحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

- ← يجب أن تكون هناك مسافة مترين بين حافة كل طاولة والأخرى في جميع الاتجاهات الأربعة.
- ← السماح لـ 6 عملاء كحد أقصى للجلوس على الطاولة الواحدة في المناطق الخارجية.
- ← يُسمح للعملاء بالجلوس داخل المطاعم والمقاهي وبحد أقصى 50% من الطاقة الاستيعابية للمطعم أو المقهى.
- ← يُسمح بطلب الأكل ذاتياً بردهة المطاعم الموجودة في المجمعات التجارية.
- ← يجب أن تكون المسافة مترين على الأقل بين حافة طاولت الجلوس والممرات العامة في المجمعات التجارية.
- ← يجب على العاملين تقليل الاتصال المباشر مع العميل قدر الإمكان.

اشتراطات  
خاصة  
بالجلوس في  
المطعم أو  
المقهى



- ← يجب أن يحرص مقدمي الأطعمة على ترك مسافة متر واحد بينهم وبين العملاء في جميع الأوقات.
- ← يجب غسل اليدين بالماء والصابون بانتظام لمدة 20 ثانية على الأقل، وخاصة قبل البدء في تحضير الطعام وأثناء التحضير وبعد الانتهاء.
- ← يجب الحرص على استخدام القفازات لتفادي ملامسة اليد مباشرة للأطعمة الجاهزة للأكل.
- ← يجب استخدام أدوات المائدة وأعواد العصير وعيدان تناول الطعام وعيدان الأسنان المُغلّفة مسبقاً.

اشتراطات  
خاصة  
بتداول وتحضير  
الأطعمة  
والمشروبات



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في المطاعم والمقاهي

### لإحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

**يجب** استخدام المواد الكيميائية المناسبة فقط والموصى بها لتنظيف مناطق إعداد الطعام.



**اشتراطات خاصة بالتعقيم**



**تعقيم** المناطق عالية التلامس في المطعم أو المقهى مرتين في اليوم على الأقل، أو بعد كل استخدام.



**تنظيف** وتعقيم الطاولات والمقاعد **تنظيف** وتطهير الأسطح التي تلامس الأغذية بعد كل استخدام.



**يجب** عدم استخدام مناديل مطهرة لمسح أكثر من سطح واحد، والحرص على استخدام منديل واحد لكل أداة أو منطقة والتخلص منه بعد كل استخدام أو عند الاتساخ الواضح.



**استخدام** قوائم الطعام التي يمكن التخلص منها أو تعقيم قوائم الطعام بعد كل استخدام.



**يجب** تنظيف دورات المياه بشكل جيد مرتين على الأقل يوميًا وضمان الإمدادات الصحية الكافية (مثل الصابون والمناديل الصحية والمطهرات التي تحتوي على ما لا يقل عن 70% من الكحول) على مدار اليوم.



**يجب** أن تستخدم المطاعم والمقاهي غسالات الأطباق على أعلى درجة حرارة متاحة، وإذا لم تتوفر غسالة الأطباق، فيجب استخدام الأطباق والكؤوس التي يمكن التخلص منها فقط.



تخضع المطاعم والمقاهي وفقاً لأحكام هذا القرار للتفتيش من قبل الجهات الحكومية المختصة للتأكد من الالتزام بالاشتراطات الصحية.



يجب تشجيع العملاء على دفع الفواتير بطريقة إلكترونية.



سيتم إغلاق أي مطعم أو مقهى لا يلتزم بتطبيق الاشتراطات والالتزامات المنصوص عليها في هذا القرار.



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها عند إقامة الاحتفالات والتجمعات العائلية في المنازل والأماكن الخاصة لإحتواء ومنع إنتشار فيروس كورونا (COVID-19)

يجب ألا يزيد عدد المدعوين على العدد المحدد في كل مستوى من مستويات آلية الإشارة الضوئية لمستوى انتشار الفيروس في حال إقامة الاحتفالات والتجمعات العائلية في المنازل والأماكن الخاصة، سواء المفتوحة أو المغلقة، بخلاف أفراد الأسرة والمقيمين معهم من خدم المنازل ومن في حكمهم، والمدعوين الحاصلين على التطعيم أو المتعافين.



**تشجيع** كبار السن وذوي الأمراض المزمنة على تجنب الحضور للاحتفالات والتجمعات العائلية.



**ألا يتجاوز** عدد الجالسين على الطاولة الواحدة أو السفرة الواحدة على 6 أفراد.



**لا يجوز** بأي حال إقامة البوفيهات.



**إرتداء** الكمامات طوال الوقت فيما عدا وقت الجلوس على طاولة الطعام.



**الالتزام** بتطهير الأسطح بصورة دورية مع التركيز على الأماكن التي يكثر فيها احتمالية التلامس مثل مقابض الأبواب وطاولات الطعام ومساند المقاعد.



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها عند إقامة الاحتفالات والتجمعات العائلية في المنازل والأماكن الخاصة لإحتواء ومنع إنتشار فيروس كورونا (COVID-19)

**الحرص** على تطهير دورات المياه بصورة دورية.



**أن يتم** توزيع مطهرات اليدين ووضعها في أماكن بارزة.



**تنبيه** أفراد العائلة بعدم الحضور في حال ظهور أعراض إلى أن يتم رصد الحالات.



**في حال** ظهور أي حالة إصابة في الاحتفال أو التجمع يجب التواصل مع إدارة الصحة العامة للقيام بعملية تتبع المخالطين وفحصهم.



يعاقب كل من يخالف أحكام هذا القرار بالعقوبة المقررة في المادة (121) من قانون الصحة العامة الصادر بالقانون رقم (34) لسنة 2018 .



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في المنشآت التي تحتوي على برك وحمامات سباحة لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

### يقتصر دخول برك وحمامات السباحة الداخلية على:

**الحاصلين** على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) أو المتعافين منه.



**الأطفال** ممن تقل أعمارهم عن اثنا عشر سنة على أن يكون الأطفال ممن تقل أعمارهم عن اثنا عشر سنة بصحبة شخص بالغ من الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا المستجد (COVID-19) أو المتعافين منه.



**يكون** الإثبات من خلال تطبيق مجتمع واعي "BeAware" أو غيره من التطبيقات المعتمدة، أو بإبراز الوثيقة الدالة على ذلك.



**لمستخدمي برك السباحة الخارجية**، يرجى التأكد من تحميل العملاء غير الحاصلين على التطعيم وغير المتعافين لتطبيق مجتمع واعي "BeAware" وتفعيل خيار تحديد الموقع، وفي حال تعذر تحميل التطبيق يجوز تسجيل البيانات الشخصية للعملاء (الاسم ومعلومات الاتصال وتاريخ ووقت الزيارة)



**يجب** على مرتادي برك وحمامات السباحة والعاملين في المنشأة التي تديرها الحفاظ على مسافة التباعد الاجتماعي والمحددة بمترين في جميع الأوقات.



**يجب** على مرتادي برك وحمامات السباحة الالتزام بارتداء الكمامات خارج منطقة المسبح خصوصاً عند التعامل مع الغير.



### الالتزامات الواجب اتباعها من قِبَل إدارة المنشأة التي تدير برك وحمامات السباحة:

**يجب** على إدارة المنشأة إلزام العاملين التابعين لها بالحفاظ على النظافة الشخصية والعامة.



**يجب** على إدارة المنشأة إلزام العاملين التابعين لها بلبس القفازات والكمامات طوال أوقات العمل.



**يجب** على إدارة المنشأة استخدام مقياس الحرارة (Infrared Thermometer) للتحقق من درجة حرارة العاملين ومرتادي برك وحمامات السباحة قبل الدخول للمنشأة.



**يجب** على إدارة المنشأة منع كل من كانت درجة حرارته (37.5) درجة مئوية أو أعلى أو يعاني من أعراض فيروس كورونا المستجد (COVID-19) من دخول المنشأة، وعليه مغادرتها فوراً والاتصال على الرقم 444.





الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في المنشآت التي تحتوي على برك وحمامات سباحة لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

### الالتزامات الواجب اتباعها من قِبَل إدارة المنشأة التي تدير برك وحمامات السباحة:

- يجب** على إدارة المنشأة استخدام لافتات مرئية تشير إلى الحد الأقصى لعدد المجموعة الواحدة في المناطق الخارجية وهو (5 أشخاص). 
- تقليل** العدد في المسبح عن طريق تخصيص (4) متر مربع لكل شخص وتحديد الطاقة الاستيعابية بناءً على ذلك. 
- يجب** على إدارة المنشأة إعادة ترتيب المقاعد للحفاظ على المسافات الآمنة وتقليل الاتصال المباشر. 
- يجب** على إدارة المنشأة توفير مطهر كحولي لا يقل تركيز المادة الكحولية فيه عن (70%) عند المدخل وفي نقاط موزعة حول برك وحمامات السباحة. 
- يجب** على إدارة المنشأة تنظيف وتطهير جميع المرافق والمقاعد بصورة دورية مجدولة (مرتين في اليوم على الأقل) وفقاً للإرشادات الصحية، وتطهير المعدات والأدوات المستعملة. 
- يجب** على إدارة المنشأة تنظيف وتطهير دورات المياه وأماكن الاستحمام، وتطهير الأجهزة الإلكترونية عند مغادرة العمل، والتخلص من الأدوات الشخصية المستخدمة لمرتادي برك وحمامات السباحة بشكل صحيح. 
- يجب** على إدارة المنشأة توفير عدد كاف من سلال المهملات والتخلص من القمامة بصورة دورية. 



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في المنشآت التي تحتوي على برك وحمامات سباحة لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

### الاشتراطات الخاصة بحوض السباحة

يجب على إدارة المنشأة استخدام المواد الكيميائية المعتمدة لتعقيم مياه حوض السباحة، وتوفير معدات خاصة لإضافة هذه المواد وقياس نسبتها بشكل منتظم، على أن تسجل تلك النسب وتاريخ إضافتها في جدول خاص يحفظ في الملف الصحي لتطلع عليه الإدارة المختصة، ويجب أن يشرف على إضافة هذه المواد أشخاص مؤهلين أو جهة متخصصة بصيانة أحواض السباحة.

يجب على إدارة المنشأة الحرص على أن تكون نسبة الكلورين الكلي المتبقي في مياه حوض السباحة ما بين (1-3) ونسبة الحموضة ما بين (6,8 - 7,8).

يجب على إدارة المنشأة تثبيت خطوط الممرات داخل حوض السباحة الأولمبية فقط لتحقيق التباعد في المسافات، وضمان الحفاظ على التباعد الاجتماعي في جميع الأوقات.

يجب على إدارة المنشأة توفير حراس الإنقاذ أو غيرهم من العاملين المؤهلين لذلك عند مواقع حوض السباحة طوال أوقات ساعات العمل، وأن يتم تكليفهم بتنفيذ هذه الاشتراطات داخل حوض السباحة.

يجب على إدارة المنشأة عدم السماح باستخدام الحوض إلا بعد ساعتين من تعقيم مياهه بالمواد الكيميائية والتأكد من نسبة تركيزها المناسبة.

يجب على إدارة المنشأة مراعاة التباعد الاجتماعي والمسافات عند التدريب (مترين).

يجب على إدارة المنشأة الالتزام باشتراطات السلامة لبرك وحمامات السباحة الصادرة من الوزير.

### الاشتراطات الخاصة بغرف تبديل الملابس

يجب توفير المناديل المطهرة ذات الاستخدام الواحد أو البخاخات المعقمة أو المعقمات التي لا يقل تركيز المادة الكحولية فيها عن (70%) على الأقل.

يجب تطهير وتعقيم الخزائنة ومسحها قبل وبعد كل استخدام بالمناديل المطهرة أو المعقمات ان أمكن (أو مرتين في اليوم على الأقل).

تفتح دورات المياه واماكن الاستحمام والتبديل بشرط التعقيم المستمر (مرتين في اليوم على الأقل).

يفضل أن يحضر مرتادي برك وحمامات السباحة المناشف الخاصة بهم، وفي حال توفير المنشأة المناشف، يجب أن يتم غسلها بالماء الدافئ، بدرجة (80) درجة أو أكثر دفئاً، ووضعها في أكياس فردية.

يجب إزالة شفرات الحلاقة وأعواد تنظيف الأذن ومجففات الشعر من جميع غرف الملابس.

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في المنشآت التي تحتوي على برك وحمامات سباحة لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

يجب على موظفي المنشأة توجيه مرتادي برك وحمامات السباحة سواء كانوا بشكل فردي أو من خلال مجموعات بالحفاظ على مسافة مترين فيما بينهم في جميع الأوقات.

يجب على إدارة المنشأة استخدام اللافتات والملصقات التوعوية حول إرشادات غسل اليدين ومعايير النظافة الجيدة (متوفرة بوزارة الصحة بلغات متعددة).

يجب على إدارة المنشأة استخدام اللافتات والملصقات التوعوية التي تُشير إلى وجوب غسل مرتادي برك وحمامات السباحة أجسادهم وشعرهم بالماء والصابون المعقم قبل الذهاب إلى حوض السباحة.

توجيه مرتادي برك وحمامات السباحة بالامتناع عن الاتصال الجسدي بالآخرين بأي شكل من الأشكال سواء أثناء السباحة أو عند أخذ استراحة، مع الحفاظ على مسافة التباعد الاجتماعي فيما بينهم.

يجب على إدارة المنشأة استخدام اللافتات والملصقات التوعوية التي تُشير إلى ضرورة عدم مشاركة مرتادي برك وحمامات السباحة الأدوات الخاصة بهم كالنظارات الواقية وزعانف وقبعات السباحة وغيرها.



الاشتراطات التي يجب على  
إدارة المنشأة توجيه رواد  
برك وحمامات السباحة لها  
والالتزام بها من قبلهم

يجوز للمنشآت التي تحتوي على مرافق سياحية أو محلات تجارية عند برك وحمامات السباحة بيع السلع التجزئة، على أن يتم الالتزام بالإرشادات والاشتراطات الصحية الخاصة بوزارة الصحة لمحلات البيع بالتجزئة التجارية، وتشجيع العملاء على دفع الفواتير بطريقة إلكترونية. وعلى العاملين بالمنشأة مساعدة العملاء أثناء التسوق للحد من الاتصال مع الموجودات. وإذا أراد العميل إجراء عملية الشراء، فيتوجب على المشتري الوقوف على العلامات الأرضية المحددة أثناء الانتظار في الطابور.



يجب على إدارة المنشأة توجيه المطاعم ومحلات بيع المواد الغذائية والمشروبات التابعة لها أو الداخلة ضمن نطاقها المكاني؛ بالبيع عن طريق خدمات البيع الخارجي.



تخضع المنشآت وفقاً لأحكام هذا القرار للتفتيش من قِبَل الجهات الحكومية المختصة للتأكد من الالتزام بالاشتراطات الصحية.



على كل منشأة إغلاق برك وحمامات السباحة التابعة لها في حال عدم قدرتها على تطبيق الاشتراطات والالتزامات المنصوص عليها في هذا القرار.



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها عند إقامة الفعاليات والمناسبات والمؤتمرات لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

**يتعين** الالتزام بالاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في المطاعم والمقاهي،  
بالإضافة إلى الاشتراطات التالية:

**يقتصر** الحضور على الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) أو المتعافين منه.



**الأطفال** ممن تقل أعمارهم عن اثنا عشر سنة على أن يكون الأطفال الذين تقل أعمارهم عن اثنا عشر سنة بصحبة شخص بالغ من الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) أو المتعافين منه.



**يكون** الإثبات من خلال تطبيق مجتمع واعي "BeAware" أو غيره من التطبيقات المعتمدة، أو بإبراز الوثيقة الدالة على ذلك.



**يجب** عدد الضيوف لا يتجاوز 50% من الطاقة الاستيعابية في الأماكن المغلقة.



**يُسمح** بإقامة العروض الحية مع الالتزام بتدابير التباعد الاجتماعي.



**يُمنع** إقامة البوفيهات والخدمة الذاتية.



**يجب** على جميع الحضور ارتداء الكمامات أثناء الدخول وأثناء الخروج من وإلى المنشأة، ولا يُسمح بدخول مَنْ لا يلتزمون بهذا الشرط.



**يجب** على جميع العاملين لبس الكمامات في جميع الأوقات.



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها عند إقامة الفعاليات والمناسبات والمؤتمرات لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

**يجب** توزيع مطهرات اليدين ووضعها في أماكن بارزة.



**يجب** قياس درجة حرارة جميع العاملين والحضور قبل دخول المنشأة باستخدام مقياس الحرارة (Infrared Thermometer). ويحظر دخول من تكون درجة حرارته 37.5 درجة مئوية أو أعلى أو تظهر عليه اعراض مرتبطة بفيروس كورونا (COVID-19) ويُطلب منه المغادرة فوراً والاتصال على الرقم 444.



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها على محال التدليك (المساج) والسببا لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا

أولاً: اشتراطات العامة:



**يقتصر** دخول محال التدليك (المساج) على الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) أو المتعافين منه.



**الأطفال** ممن تقل أعمارهم عن اثنا عشر سنة بصحبة شخص بالغ من الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا المستجد (COVID-19) أو المتعافين منه.



**يكون** الإثبات من خلال تطبيق مجتمع واعي "BeAware" أو غيره من التطبيقات المعتمدة، أو بإبراز الوثيقة الدالة على ذلك.



**يجب** أن يكون حضور متلقي الخدمة من خلال حجز المواعيد، مع السماح بالدخول لمن يأتي دون حجز في حال توفر المكان لذلك.



**يجب** قياس درجة حرارة جميع العاملين ومتلقي الخدمة قبل دخول المحل باستخدام مقياس الحرارة (Infrared Thermometer). ويحظر دخول من تكون درجة حرارته 37.5 درجة مئوية أو أعلى أو تظهر عليه اعراض مرتبطة بفيروس كورونا (Covid-19) ويطلب منه المغادرة فوراً والاتصال على الرقم 444.



**يجب** مراعاة توفر التهوية الجيدة للمحل وزيادة التهوية الخارجية عن طريق فتح النوافذ والابواب واستخدام المراوح الشافطة.



**يجب** استخدام المعقم للزبائن لا يقل تركيزه عن 70% من المادة الكحولية وتوفيره عند المداخل والمخارج وفي كل غرفة.



**يجب** تعقيم دورات المياه بصورة دورية مجدولة (مرتين في اليوم على الأقل) مع توفير المعقّمات.



**يجب** على العاملين بالمحل التقيد بارتداء الكمامات في جميع الأوقات.



**يجب** استخدام المناشف ذات الاستخدام الواحد. ويمكن استخدام المناشف المتكررة الاستخدام بشرط غسلها بالماء الدافئ بدرجة 80 مئوية أو أكثر دفئاً وتغليتها في أكياس فردية، وعزل المناشف المستخدمة فوراً في حاوية مغطاة مع تعقيمها بشكل متكرر.



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها على محال التدليك (المساج) والسبنا لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا

**يجب** على مؤدي الخدمة التقيد بغسل اليدين بالماء الدافئ والصابون أو التعقيم بمعقم معتمد لا يقل تركيزه عن 70% من المادة الكحولية لمدة 20 ثانية قبل وبعد أداء الخدمة لمتلقي الخدمة أو عند ملامسة الوجه.

**يجب** على مؤدي الخدمة ارتداء الكمام وواقى الوجه أثناء أداء الخدمة.

**يجب** تخصيص غرفة خاصة لكل متلقي للخدمة.

**يجب** تنظيف وتعقيم جميع مستلزمات الخدمة، بما يشمل الأسرة والكراسي وأدوات التدليك (المساج) و عبوات المستحضرات بعد كل استخدام بالمطهرات المعتمدة.

**يجب** ان تكون ملحقات أسرة التدليك (المساج) مثل الوسائد والشراشف ذات استخدام واحد أو يتم تعقيمها بعد كل استخدام.

**يجب** على مؤدي الخدمة التقيد بغسل اليدين بالماء الدافئ والصابون أو التعقيم بمعقم معتمد لا يقل تركيزه عن 70% من المادة الكحولية لمدة 20 ثانية قبل وبعد أداء الخدمة أو عند ملامسة الوجه.

**يجب** استخدام الحمام الصحي وأحواض الجاكوزي وغرف البخار والسونا من قبل متلقي خدمة واحد كل مرة.

**يمكن** لمتلقي ومؤدي الخدمة إزالة الكمام أثناء الخدمة.

**فتح** أبواب الحمام الصحي وغرف البخار والسونا بعد كل زبون في فترة التعقيم لضمان تجديد الهواء.

**تخضع** كافة محال التدليك (المساج) وفقاً لأحكام هذا القرار للتفتيش من قبل الجهات الحكومية المختصة للتأكد من الالتزام بالاشتراطات الصحية.

**يجب** تشجيع متلقي الخدمة على دفع الفواتير بطريقة الكترونية وغير تلامسية.

**يجب** تشجيع مؤدي الخدمة على الحصول على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19).

**سيتم** إغلاق أي محل لا يلتزم بتطبيق الاشتراطات والالتزامات المنصوص عليها في هذا القرار، وغيرها من القرارات ذات الصلة.



### ثانياً: اشتراطات خاصة بخدمة التدليك (المساج)



### ثالثاً: اشتراطات خاصة بخدمة الحمامات الصحية



### رابعاً: أحكام ختامية:

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)

## الاشتراطات الصحية الواجب توافرها في الصالونات ومحلات الحلاقة والتجميل



### اشتراطات عامة:

- يقتصر الحضور على الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) أو المتعافين منه. 
- الأطفال ممن تقل أعمارهم عن اثنا عشر سنة على أن يكون الأطفال الذين تقل أعمارهم عن اثنا عشر سنة بصحبة شخص بالغ من الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) أو المتعافين منه. 
- يكون الإثبات من خلال تطبيق مجتمع واعى "BeAware" أو غيره من التطبيقات المعتمدة، أو إبراز الوثيقة الدالة على ذلك. 
- يجب أن يكون حضور الزبائن من خلال حجز المواعيد، ويجوز السماح لمن يأتيون بدون حجز شريطة توافر العاملين اللازمين لأداء الخدمة. 
- يجب تنظيف وتطهير كراسي الخدمة قبل وبعد كل زبون باستخدام المطهرات الكحولية الخاصة بالأسطح بتركيز لا يقل عن 70% من المادة الكحولية المطهرة. 
- توفير ثرمومتر حراري لقياس درجة الحرارة للزبائن والعاملين يوميا وفي حال وجود أي عامل أو زبون تكون درجة حرارته 37.5 أو أكثر يتوجب عليه مغادرة الصالون فورا والاتصال بـ444. 
- أي زبون تظهر عليه أعراض لها علاقة بالكوفيد 19 أثناء تواجده بالصالون يتوجب إلغاء مواعده ومغادرة الصالون فوراً. 
- يجب ألا تقل المسافة بين كراسي الخدمة عن مترين. 
- إلغاء مناطق الإنتظار وإزالة الكراسي والمجلات من الصالون وفي حال وصول الزبون في وقت مبكر قبل الموعد يتوجب عليه البقاء خارج الصالون أو في مركبته الخاصة لحين استدعائه لبدء عمل الخدمة المطلوبة له. 
- يجب على العاملين لبس الكمامات طوال الوقت، ولبس القفازات عند أداء الخدمات المتطلبه لللبس القفازات. واستخدام المرايبيل ذات الاستخدام الواحد للزبائن في الخدمات التي تتطلب ذلك؛ مثل قص وصبغ الشعر، المكياج، تنظيف البشرة، وغيرها. 
- يتوجب على العمال استخدام واقى الوجه للخدمات التي تتطلب الاتصال المباشر مع الزبون ويتوجب تعقيم واقى الوجه بعد كل زبون باستخدام مطهر كحولي لا يقل تركيزه عن 70% من المادة الكحولية. 

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)

## الاشتراطات الصحية الواجب توافرها في الصالونات ومحلات الحلاقة والتجميل



- يجب على الزبائن ارتداء القفازات والكمامات وإمكانية إزالتها في حال تقديم خدمات معينة ( إزالة الكمام لخدمات الحلاقة وإزالة شعر الوجه وإزالة القفاز لخدمات المنيكير).
- الامتناع عن الاكل والشرب داخل المحل بالنسبة للزبائن ويمكنهم احضار عبوات المياه الخاصة بهم فقط، أما العاملين فيتوجب أن يكون الأكل والشرب في غرفة مخصصة لذلك.
- يتوجب على العاملين غسل الأيدي باستخدام الماء الدافئ والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل قبل وبعد كل زبون أو عند ملامسة الوجه ، أو عند استبدال القفازات.
- مراعاة توفر التهوية الجيدة للصالون وزيادة التهوية الخارجية عن طريق فتح النوافذ أو الأبواب وأستخدام المراوح الشافطة.
- يجب استخدام معقم كحولي لا يقل تركيزه عن 70% من المادة الكحولية وتوفره عند كل خدمة.
- التشجيع على دفع الفواتير بطريقة الكترونية.
- أي صالون لا يمكنه توفير أي من الاشتراطات الصحية المطلوبة يتوجب عليه الغلق وعدم اعادة الفتح.
- لا يسمح للصالونات تقديم الخدمات في المنازل.



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)

## الاشتراطات الصحية الواجب توافرها في الصالونات ومحلات الحلاقة والتجميل



جميع الخدمات التالية ممنوعة:



الحقن بالابر

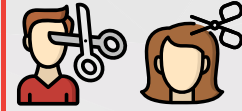
الميكروبيدينج

اشتراطات خاصة بكل خدمة:

استخدام الفوط ذات الاستخدام الواحد لتجفيف الشعر في حال  
تطلب الأمر.

استبدال المرايل القماشية بالمرايل ذات الاستخدام الواحد المصنوعة  
من الورق أو البلاستيك.

يجب قص الشعر وهو رطب لتفادي تطاير جزيئات الشعر في الهواء.



قص الشعر

الاقتصار على استخدام الشفرات ذات الاستخدام الواحد والتخلص منه بعد  
كل زبون.

تطهير مكائن الحلاقة باستخدام معقم كحولي لا يقل تركيزه عن 70% من  
المادة الكحولية قبل وبعد كل استخدام .



الحلاقة

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)

## الاشتراطات الصحية الواجب توافرها في الصالونات ومحلات الحلاقة والتجميل



- استخدام صبغ الشعر بكمية زبون واحد فقط.
- استخدام المراييل ذات الاستخدام الواحد المصنوعة من الورق أو البلاستيك بدلاً من المراييل القماشية.
- استخدام الفوط ذات الاستخدام الواحد عند الحاجة.



- لمنع حدوث التلوث يجب تجهيز كمية الشمع أو الحلاوة لاستخدام واحد في كل مرة وعدم تجهيز كمية كبيرة.
- استخدام الادوات ذات الاستخدام الواحد ( القماش ، الاعواد الخشبية ) وغيرها .

- يجب أن تملأ حاوية الشمع أو الحلاوة بكمية تكفي لاستخدام زبون واحد.
- يجب تنظيف وتعقيم أوعية الشمع أو الحلاوة بعد كل استخدام .



- يجب على الزبائن غسل أيديهم بالماء الدافئ والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل أو استخدام معقم كحولي لا تقل نسبة تركيزه عن 70% من المادة الكحولية قبل وبعد خدمة المنيكير.
- يتوجب على الزبائن ارتداء الكمامات اثناء عمل البديكير والمنيكير.

- يتوجب غسل أقدام الزبائن عملاء قبل عمل البديكير باستخدام معقم لا تقل نسبة تركيزه عن 70% من المادة الكحولية.
- يتوجب تطهير وتعقيم جميع الأدوات المستخدمة (مقصات الاظافر ، الاوعية ، المقصات .. الخ ) بعد كل استخدام باستخدام أجهزة التعقيم الحراري.

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)

## الاشتراطات الصحية الواجب توافرها في الصالونات ومحلات الحلاقة والتجميل



- تخصيص غرفة منفصلة لخدمة زبون واحد، وتحتوي على مراوح شافطة وأنظمة تهوية تعمل بشكل فعال، وزيادة تهوية الهواء الخارجي قدر الإمكان عن طريق فتح النوافذ إن أمكن.
- ضبط حرارة المٌجفف الكهربائي (الاستشوار) على أعلى درجة حرارة.



**المُجفف  
الكهربائي  
(الاستشوار)**

- يجب رش بكرة الخيوط بمعقم كحولي سائل لا يقل تركيز الكحول فيه عن 70% قبل البدء بعمل الخدمة للزبون.
- عدم استخدام خيط الحفاف عن طريق الفم والاستعاضة عنه بطرق أخرى مناسبة تمنع انتقال العدوى على سبيل المثال لا الحصر استخدامه باليد أو بوضعه بالرقبة.



**الحفاف  
باستخدام الخيط**

- التخلص من الخيوط المستخدمة فور الانتهاء منها بطريقة آمنة وذلك بوضعها في حاويات أو أكياس القمامة.

- يجب غسل وتعقيم اليدين أو الرجلين قبل الخدمة.
- يجب التخلص من عصارات الحنة المستخدمة فور الانتهاء من كل زبونة، وعدم استخدام الكمية المتبقية لزبونة أخرى.



**نقش الحناء  
والتخضيب**

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)

## الاشتراطات الصحية الواجب توافرها في الصالونات ومجلات الحلاقة والتجميل



### المكياج

يجب تطهير علب المكياج باستخدام المطهرات الكحولية التي لا تقل تركيزها عن 70% من المادة الكحولية المطهرة قبل وبعد كل استخدام.

استخدام الأدوات ذات الاستعمال الواحد مثل (اللوح "الباليت"، ملاعق الغرف لمستحضرات التجميل، الفرش، والاسفنجيات) أو تعقيم الأدوات بعد كل استخدام بمطهر كحولي لا يقل عن 70% من المادة الكحولية. والتخلص من المستحضرات المتبقية مباشرة بعد كل استخدام

يسمح بتركيب الرموش. مع ضرورة تعقيم المعاد استخدامها من قبل تركيبها.



### تنظيف الوجه

استخدام المناشف ذات الاستخدام الواحد فقط.

يجب تطهير علب الكريمات والمستحضرات باستخدام المطهرات الكحولية التي لا تقل تركيزها عن 70% من المادة الكحولية المطهرة قبل وبعد كل استخدام.

يجب تنظيف وتطهير الأدوات ذات الاستخدام المتكرر مثل الملاقط، إبر الرؤوس السوداء وغيرها باستخدام المطهرات الكحولية التي لا يقل تركيزها عن 70% من المادة الكحولية المطهرة ثم تعقيمها باستخدام جهاز التعقيم وفق إرشادات وزارة الصحة قبل وبعد كل استخدام.

استخدام الأدوات ذات الاستعمال الواحد مثل (اللوح "الباليت"، ملاعق غرف المستحضرات والكريمات، الفرش، والاسفنجيات) أو تعقيم الأدوات بعد كل استخدام بمطهر كحولي لا يقل عن 70% من المادة الكحولية، والتخلص من المستحضرات والكريمات المتبقية مباشرة بعد كل استخدام.

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)

## الاشتراطات الصحية الواجب توافرها في الصالونات ومحلات الحلاقة والتجميل



التسمير

تعميم الأجهزة بعد كل استخدام.



تركيب وصلات  
الشعر القابلة  
للإرجاع








في حالة الإرجاع يجب تعقيم الوصلات أو عزلها لمدة 48 ساعة.

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في منشآت ومحال الألعاب الترفيهية لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

يقتصر دخول أماكن الألعاب الترفيهية على:

- الحاصلين** على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) أو المتعافين منه. 
- الأطفال** ممن تقل أعمارهم عن اثنا عشر سنة على أن يكون الأطفال الذين تقل أعمارهم عن اثنا عشر سنة بصحبة شخص بالغ من الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) أو المتعافين منه. 
- يكون** الإثبات من خلال تطبيق مجتمع واعى "BeAware" أو غيره من التطبيقات المعتمدة، أو بإبراز الوثيقة الدالة على ذلك. 
- يجب** أن يكون تنظيم زيارة الأماكن الترفيهية عن طريق الحجز المسبق أو الحجز الإلكتروني متى أمكن، وذلك لتقليل التزاحم والتجمعات الكبيرة بالموقع وتسهيل تنظيم الزيارات. 
- يجب** تحديد مداخل ومخارج منفصلة ان أمكن مع وضع منظمين عند الأبواب للتأكد من عملية دخول وخروج الزوار ومنع التزاحم والتأكد من وجود مسافات التباعد الاجتماعي. 
- يجب** وضع علامات واضحة لأماكن الوقوف بحيث تضمن التباعد الاجتماعي لمسافة لا تقل عن مترين في مناطق الانتظار (المداخل، أماكن بيع التذاكر، أماكن بيع المأكولات والمشروبات، ودورات المياه). 
- يجب** قياس درجة حرارة جميع العاملين ومرتادي المكان قبل دخول المنشآت وأماكن الألعاب الترفيهية باستخدام مقياس الحرارة (Infrared Thermometer). ويحظر دخول من تكون درجة حرارته 37.5 درجة مئوية أو أعلى أو تظهر عليه اعراض مرتبطة بفيروس كورونا (COVID-19) ويُطلب منه المغادرة فوراً والاتصال على الرقم 444. 

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في منشآت ومحال الألعاب الترفيهية لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

**يجب** على العملاء ممن تفوق أعمارهم 6 سنوات الالتزام بلبس الكماما في جميع الأوقات (عدا الأنشطة التي تتطلب جهداً بدنياً).



**يجب** على جميع العاملين ارتداء الكمامات في جميع الأوقات.



**يجب** تقليل الطاقة الاستيعابية للمنشآت وأماكن الألعاب الترفيهية إلى ما لا يزيد عن 50% بما يضمن مسافة التباعد الاجتماعي المطلوبة بين الأشخاص مع وضع منظمين للتأكد من التزام الزوار بالاشتراطات المطلوبة.



**يجب** إعادة ترتيب مقاعد الجلوس للحفاظ على مسافة التباعد الاجتماعي لمسافة لا تقل عن مترين.



**يجب** توفير الإمدادات الكافية من مستلزمات النظافة الشخصية كالصابون، معقمات اليد بنسبة لا تقل عن 70% من المادة الكحولية، والمناديل الورقية وحاويات القمامة التي تفتح دون لمس.



**يجب** تنظيف وتطهير الأسطح المعرضة للمس بشكل متكرر بالمعقمات الكحولية وتنظيف الأدوات متعددة الاستخدام كمجسمات التسلق واللعب، والكراسي وأسطح الطاولة، مقابض الأبواب، أسطح دورات المياه، وأماكن غسل اليدين.



**يجب** تنظيف وتطهير دورات المياه بشكل دوري كل ساعتين متى أمكن ذلك، مع الحرص على التهوية الجيدة وتقليل درجة الحرارة فيها



**يجب** تعيين مشرفين لتقليل التجمعات بين المجموعات المختلفة والالتزام بالتباعد الاجتماعي على أن يكون بين كل أسرة والأخرى مسافة لا تقل عن مترين.



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## الاشتراطات الصحية الواجب تطبيقها في منشآت ومحال الألعاب الترفيهية لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

تخضع كافة منشآت وأماكن الألعاب الترفيهية وفقاً لأحكام هذا القرار للتفتيش من قبل الجهات الحكومية المختصة للتأكد من الالتزام بالاشتراطات الصحية.



يجب تشجيع الزوار على الدفع بطريقة الكترونية وغير تلامسية.



يجب تشجيع العاملين على الحصول على التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19).



يحظر فتح الألعاب التي يصعب فيها إجراء التنظيف والتعقيم.



غلق أي منشأة لا تلتزم بتطبيق الاشتراطات والالتزامات المنصوص عليها في هذا القرار، وغيرها من القرارات ذات الصلة.







الهيئة العامة للرياضة  
GENERAL SPORTS AUTHORITY

# عودة النشاط الرياضي

الأندية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية  
الدليل الإرشادي

#حمية\_والتزام

V3

## عودة النشاط الرياضي

الأندية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

تأجير الملاعب الرياضية



التعقيم والنظافة



التعليمات الصحية



مقر المنشأة الرياضية



التواصل والتوعية



الأندية الصحية  
واللياقة البدنية



ارشادات تحقيق التباعد



الألعاب الرياضية



متابعة تنفيذ  
الاجراءات الوقائية



الأكاديميات الرياضية  
ومدارس التدريب



#حماية\_والتزام

1

V3

## عودة النشاط الرياضي

الاندية الصحية والاكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## التعقيم والنظافة



تعقيم المنشأة ومرافقها بصورة دورية مجدولة (مرتين في اليوم على الأقل) وتوفير المعقمات عند المداخل وانحاء الصالات.

عدم استخدام المناديل المطهرة لمسح أكثر من سطح واحد.

تعقيم غرف الاستحمام والتبديل والخزائن ودورات المياه بانتظام.

غسل الأيدي بانتظام بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل.

يجب أن تضمن المرافق وجود مخزون كاف من الإمدادات الصحية مثل الصابون وورق التواليت ومعقم اليدين الذي لا يقل تركيز المادة الكحولية فيه عن (70%).

زيادة عدد سلال المهملات والتخلص من القمامة بصورة دورية، لاستيعاب الاستخدام المتزايد.

الحرص على التهوية الجيدة في جميع الأماكن.

إحضار الأدوات الشخصية (المناشف وجلسات اليوغا والفرشات الأرضية وأحزمة الأوزان وسجادة الصلاة ... الخ) وعدم السماح بالمشاركة في الأدوات.

تطهير باصات النقل يومياً قبل وبعد الانتقال الى المنشأة، ويفضل استخدام السيارة الخاصة.

تطهير أدوات التحكيم بعد كل استخدام ومنع مشاركتها بقدر الامكان.



#حماية\_والتزام

2

V3

## عودة النشاط الرياضي

الاندية الصحية والاكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## مقر المنشأة الرياضية



يقتصر دخول المنشآت الرياضية على الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا المستجد (كوفيد - 19) أو المتعافين منه ولمن هم دون الـ 12 عاما بصحبة شخص متطعم أو متعافي، ويكون الإثبات بإبراز الوثيقة الدالة على ذلك أو من خلال تطبيق مجتمع واعي " BeAware " أو غيره من التطبيقات المعتمدة.

يسمح بحضور الجماهير بنسبة 50% من الطاقة الاستيعابية للمنشآت الرياضية المغلقة.

يجب ترك كرسيين بين كل مجموعة بما يضمن مسافة التباعد المطلوبة، مع وضع منظمين للتأكد من التزام الجماهير بالاشتراطات.

فحص درجة الحرارة قبل دخول المنشأة.

الزام المدربين والجهاز الفني والاداري والعاملين بارتداء الكمامات والقفازات أثناء العمل في المنشأة.

عدم السماح لأي موظف يعاني من أعراض مرتبطة بـ COVID-19 بالعمل داخل المنشأة.

الحفاظ على مسافة التباعد بما لا تقل عن مترين.

وضع علامات أرضية لضمان الحفاظ على التباعد عند المداخل والمخارج.

إعداد قائمة للحجوزات المسبقة والزام الشخص الذي قام بالحجز الاحتفاظ بمعلومات الآخرين في نفس المجموعة.

في حال قدوم الشخص قبل الموعد المحدد للتدريب يجب عليه الانتظار خارج المنشأة أو في سيارته الخاصة.



#حماية\_والتزام

3

V3

## عودة النشاط الرياضي

الاندية الصحية والاكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## مقر المنشأة الرياضية



إزالة أي معدات مخزنة أو إضافية من أرضية التدريب.

عدم السماح بعقد الجلسات الاجتماعية والتشارك في الأكل والشرب.

غلق وعدم استخدام أماكن الانتظار.

يمنع تأجير الأدوات والمعدات التي يجب ارتدائها، وفي حال وجوب تأجير المعدات يتم تعقيمها قبل وبعد استخدام كل شخص.

تعقيم الأجهزة الرياضية المشتركة بانتظام.

الحفاظ على مسافة لا تقل عن مترين بين أجهزة المشي وأجهزة اللياقة والدراجات الهوائية عالية الجهد.

وضع خطة للخروج والطوارئ في حالة احتمال وجود مصابين أو ظهور أعراض على أحد المرتادين بفيروس كورونا (كوفيد-19) في المنشأة.

يفضل استخدام آليات الدفع الإلكتروني وخدمات التسجيل الإلكتروني.

منع التزاحم في منطقة حوض السباحة وتقليل الطاقة الاستيعابية للمسبح الى 4 متر مربع لكل شخص.

تطهير قوائم ابواب المرمى والكرات المستخدمة وذلك بشكل دوري بعد كل حصة تدريبية.

منع المصافحة والعناق.

التوجه الى المخارج مباشرة عند نهاية التمرين.



#حماية\_والتزام

4

V3



الهيئة العامة للرياضة  
GENERAL SPORTS AUTHORITY

# عودة النشاط الرياضي

- التدريبات الرياضية للاتحادات الرياضية والأندية الوطنية
- الدوريات المحلية

## الدليل الإرشادي

#نلتزم للبحرين

V3



## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والأندية الوطنية

التواصل والتوعية



التعقيم والنظافة



ارشادات تحقيق التباعد



مقر المنشأة الرياضية



متابعة تنفيذ  
الاجراءات الوقائية



الألعاب الرياضية



التعليمات الصحية



#نلتزم\_للبحرين

1

V3

## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

## التعقيم والنظافة



تعقيم المنشأة ومرافقها بصورة دورية مجدولة (مرتين في اليوم على الأقل) وتوفير المعقمات عند المداخل وانحاء الصالات.

عدم استخدام المناديل المطهرة لمسح أكثر من سطح واحد.

تعقيم دورات المياه بانتظام.

غسل الأيدي بانتظام بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل.

يجب أن تضمن المرافق وجود مخزون كاف من الإمدادات الصحية مثل الصابون وورق التواليت ومعقم اليدين الذي لا يقل تركيز المادة الكحولية فيه عن (70%).

زيادة عدد سلال المهملات والتخلص من القمامة بصورة دورية، لاستيعاب الاستخدام المتزايد.

الحرص على التهوية الجيدة في جميع الأماكن.

إحضار الأدوات الشخصية (المناشف والفرشات الأرضية وأحزمة الأوزان وسجادة الصلاة ... الخ) وعدم السماح بالمشاركة في الأدوات.

تطهير باصات النقل يومياً قبل وبعد الانتقال الى المنشأة، ويفضل استخدام السيارة الخاصة.

تطهير أدوات التحكيم بعد كل استخدام ومنع مشاركتها بقدر الامكان.



2

#نلتزم للبحرين

V3



## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والنادية الوطنية

## مقر المنشأة الرياضية



فحص الكورونا قبل دخول المنشأة عن طريق جهاز الكشف السريع Antigen Test

فحص درجة الحرارة قبل دخول المنشأة.

الزام المدربين والجهاز الفني والاداري والعاملين بارتداء الكمامات والقفازات أثناء العمل في المنشأة.

عدم السماح لأي موظف يعاني من أعراض مرتبطة بـ COVID-19 بالعمل داخل المنشأة.

الحفاظ على مسافة التباعد بما لا تقل عن مترين.

الحفاظ على مسافة لا تقل عن مترين بين جميع الأجهزة.

وضع علامات أرضية لضمان الحفاظ على التباعد عند المداخل والمخارج.

إعداد قائمة للحجوزات المسبقة للتدريب.

في حال قدوم الشخص قبل الموعد المحدد للتدريب يجب عليه الانتظار خارج المنشأة أو في سيارته الخاصة.



3

#نلتزم للبحرين

V3

## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

## مقر المنشأة الرياضية



إزالة أي معدات مخزنة أو إضافية من أرضية التدريب.

عدم السماح بعقد الجلسات الاجتماعية والتشارك في الأكل والشرب.

عدم السماح باستخدام أجهزة تبريد الماء المشتركة.

غلق وعدم استخدام أماكن الانتظار.

يمنع تأجير الأدوات والمعدات التي يجب ارتدائها، وفي حال وجوب تأجير المعدات يتم تعقيمها قبل وبعد استخدام كل شخص.

تعقيم الأجهزة الرياضية المشتركة بانتظام.

الحفاظ على مسافة لا تقل عن مترين بين أجهزة المشي وأجهزة اللياقة والدراجات الهوائية عالية الجهد.

يفضل استخدام آليات الدفع الإلكتروني وخدمات التسجيل الإلكتروني.

منع التزاحم في منطقة حوض السباحة وتقليل الطاقة الاستيعابية للمسبح الى 4 متر مربع لكل شخص.

تطهير قوائم ابواب المرمى والكرات المستخدمة وذلك بشكل دوري بعد كل حصة تدريبية.

منع المصافحة والعناق.

التوجه الى المخارج مباشرة عند نهاية التمرين.



4

#نلتزم\_للبحرين

V3



الهيئة العامة للرياضة  
GENERAL SPORTS AUTHORITY

# عودة الجماهير

الدليل الإرشادي

#حمية\_والتزام



## عودة الجماهير

الدليل الإرشادي

اجراءات الدخول 

التعليمات الصحية 

مقر المنشأة الرياضية 

التعقيم والنظافة 

#حماية\_والتزام

V3

## عودة الجماهير

## إجراءات الدخول



يقتصر دخول المنشآت الرياضية على الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا المستجد (COVID-19) أو المتعافين منه ويكون الإثبات بإبراز الوثيقة الدالة على ذلك أو من خلال تطبيق مجتمع واعي "BeAware" أو غيره من التطبيقات المعتمدة. الالتزام بارتداء الكمام أثناء التواجد في المنشأة.

## التعليمات الصحية



يجب على أي شخص بدرجة حرارة 37.5 درجة مئوية أو أعلى مغادرة المبنى فوراً والاتصال بـ 444.

الإبلاغ عن أي حالة يشتبه بإصابتها واتخاذ ما يلزم.

في حال تسجيل حالة مؤكدة يجب تطبيق البروتوكولات المعتمدة من قبل الفريق الوطني للتصدي لفيروس كورونا.

التعاون مع وزارة الصحة في عملية رصد الحالات المخالطة للحالة المؤكدة لكي يتم تطبيق إجراءات الفريق الوطني للتصدي لفيروس كورونا.



#حماية\_والتزام

1

V3

## عودة الجماهير

## مقر المنشأة الرياضية



يسمح بحضور الجماهير بنسبة 50% من الطاقة الاستيعابية للمنشآت الرياضية المغلقة.

يجب ترك كرسيين بين كل مجموعة بما يضمن مسافة التباعد المطلوبة, مع وضع منظمين للتأكد من التزام الجماهير بالاشتراطات.

فحص درجة الحرارة قبل الدخول للمنشأة.

وضع علامات أرضية لضمان الحفاظ على التباعد عند المداخل والمخارج.

عدم السماح بعقد الجلسات الاجتماعية والتشارك في الأكل والشرب.

ازالة أجهزة تبريد الماء المشتركة.

غلق المرافق المشتركة ( عدا دورات المياه ) حتى إشعار آخر.

غلق وعدم استخدام أماكن الانتظار.

يفضل استخدام آليات الدفع الإلكتروني وخدمات التسجيل الإلكتروني.

تقليل عدد المصورين والالتزام بمسافة التباعد الآمنة في مواقعهم.

منع الاحتفالات والتجمعات داخل او خارج المنشأة.



2

#حماية\_والتزام

V3

## عودة الجماهير

## التعقيم والنظافة



تعقيم المنشأة ومرافقها بصورة دورية مجدولة (مرتين في اليوم على الأقل) قبل وبعد إقامة المباراة المقررة.

تطهير الأماكن التي يكثر فيها التلامس مثل السلالم و المقاعد.

تعقيم دورات المياه بانتظام.

غسل الأيدي بانتظام بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل.

يجب أن تضمن المرافق وجود مخزون كاف من الإمدادات الصحية مثل الصابون وورق التواليت ومعقم اليدين الذي لا يقل تركيز المادة الكحولية فيه عن (70%).

زيادة عدد سلال المهملات والتخلص من القمامة بصورة دورية لاستيعاب الاستخدام المتزايد.

الحرص على التهوية الجيدة في جميع الأماكن.

إحضار الأدوات الشخصية وعدم السماح بالمشاركة في الأدوات.



3

#حماية\_والتزام

V3

## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

## الألعاب الرياضية



## الفروسية



تعقيم وتنظيف اللجام والسرّج قبل وبعد التدريب.

يجب احضار الادوات والمعدات الشخصية وعدم مشاركتها مع اي شخص.

الحفاظ على مسافة التباعد.

## رياضة السيارات والدراجات النارية



تعقيم وتنظيف السيارة او الدراجة النارية او سيارة الكارتنج قبل وبعد الاستخدام.

لا يسمح بوجود شخص آخر غير المتسابق في السيارة او على الدراجة النارية.

يجب احضار الادوات والمعدات الشخصية وعدم مشاركتها مع اي شخص.

الحفاظ على مسافة التباعد.

## فنون القتال



يسمح بمزاولتها فردي (دون نزال مع لاعب آخر) وذلك لصعوبة تطبيق التباعد بين اللاعبين

## الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

## ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

## المدة الزمنية



90 دقيقة بحد اقصى

5

#نلتزم للبحرين

V3



## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

### كرة القدم



22 لاعب كحد اقصى.

تطهير الكرات والأدوات بعد كل حصة تدريبية ويفضل استخدام كرات مختلفة لكل مجموعة.

يجب ان يتم تجميع الكرات بواسطة الموظفين المخصصين لذلك.

### كرة السلة



10 لاعبين كحد اقصى مع مدرب يتم توزيعهم وفقاً لذلك.

تطهير الكرات والأدوات بعد كل حصة تدريبية ويفضل استخدام كرات مختلفة لكل مجموعة.

يجب ان يتم تجميع الكرات بواسطة الموظفين المخصصين لذلك.

### كرة اليد



14 لاعب كحد أقصى مع مدرب يتم توزيعهم وفقاً لذلك.

تطهير الكرات والأدوات بعد كل حصة تدريبية ويفضل استخدام كرات مختلفة لكل مجموعة.

يجب ان يتم تجميع الكرات بواسطة الموظفين المخصصين لذلك.

## الألعاب الرياضية



### الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

### ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

### المدة الزمنية



90 دقيقة بحد اقصى

## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

## الألعاب الرياضية



## كرة الطائرة



12 لاعب كحد أقصى مع مدرب  
تطهير الكرات والأدوات بعد كل حصة تدريبية  
ويفضل استخدام كرات مختلفة لكل مجموعة.

يجب ان يتم تجميع الكرات بواسطة الموظفين  
المخصصين لذلك.

أن تكون المسارات المخصصة للتدريب محققة  
للتباعد.

يسمح بالتدريب الجماعي بحد أقصى شخص واحد  
في كل حارة.

يجب على السباحين إحضار معداتهم الخاصة.

الالتزام بقرار وزارة الصحة بشأن الاشتراطات  
الصحية في المنشآت التي تحتوي على برك  
وحمامات سباحة لاحتواء ومنع انتشار فيروس  
كورونا المستجد COVID-19

## الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب  
والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية  
ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

## ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

## المدة الزمنية



90 دقيقة بحد أقصى

7

#نلتزم للبحرين

V3

## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

### الجولف

يسمح بعدد 3 لاعبين وقت الانطلاق فقط وتكون أوقات الانطلاق كل 10 دقائق.

منع تشغيل قاطرات الحقايب وعلى اللاعبين وضع حقائبهم الخاصة على عربات الجولف.

إذا كانت حقيبة اللاعب في مخزن النادي، فسيجمعها له موظفو المكان نيابة عنه

إزالة العلامات الأرضية أو الأعلام أو علامة المخبأ تكون فقط من خلال الموظفين المعيّنين.

يجب على اللاعبين توفير كرات الجولف الخاصة بهم.

### الدراجات الهوائية والجري

مارس الرياضة بشكل فردي وفي أوقات مختلفة خلال اليوم.

يسمح بالتدريب الجماعي في المساحات الخارجية بحد أقصى 5 أعضاء لكل مجموعة ولكن لا يتم تشجيعه.

## الألعاب الرياضية



### الأنشطة المشمولة

- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

### ترك المسافة الكافية

لا تقل عن مترين

### المدة الزمنية

90 دقيقة بحد أقصى

## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

## الكريكيت



يسمح بالتدريب الجماعي على ألا يزيد عدد المشاركين في الحصة التدريبية عن 8 أشخاص.

يسمح بعمل شبكات للتدريب على ألا يزيد عن 6 لاعبين لكل شبكة.

يجب على اللاعبين إحضار معداتهم الخاصة معهم.



لاعب واحد لكل قارب شراعي.

تعقيم وتنظيف المعدات قبل وبعد الاستخدام.

يجب احضار الادوات والمعدات الشخصية وعدم مشاركتها مع اي شخص.

الحفاظ على مسافة التباعد.

## الألعاب الرياضية



## الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

## ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

## المدة الزمنية



90 دقيقة بحد اقصى

9

#نلتزم للبحرين

V3



## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

## الرجبي



يسمح بالتدريب الجماعي بحد أقصى 23 مشارك في الحصة التدريبية بما في ذلك المدربين

يجب على اللاعبين إحضار معداتهم الخاصة.

## البولينغ



تقيم وتنظيف كرة البولينغ قبل وبعد التدريب.

يجب إحضار الأدوات والمعدات الشخصية وعدم مشاركتها مع أي شخص.

الحفاظ على مسافة التباعد.

## البلياردو والسنوكر



تقليص عدد اللاعبين إلى 2 فقط.

تطهير اليدين باستمرار.

الحفاظ على مسافة التباعد.

## الألعاب الرياضية



## الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

## ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

## المدة الزمنية



90 دقيقة بحد أقصى

10

#نلتزم للبحرين

V3

## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

## كرة المضرب:

يجب تنظيف المعدات بانتظام، بما في ذلك المضارب والأقماع المستهدفة والكرات وأدوات رمي الكرة والطاولات والزجاج المحيط وما إلى ذلك.

تطهير الكرات والأدوات بعد كل حصة تدريبية ويفضل استخدام كرات مختلفة لكل مجموعة.

أثناء التدريب: يجب أن يكون للاعبين أدوات خاصة بهم لتجنب المشاركة مع اللاعبين الآخرين.

يفضل استخدام آلة أو جهاز رمي الكرة للتدريب مع تجنب لمس الكرة.

تعقيم الأنابيب وسلال الكرات بعد الاستخدام.

## التنس الأرضي

4 لاعبين كحد أقصى مع مدرب



## تنس الطاولة

لاعبين كحد أقصى مع مدرب



## الريشة الطائرة

4 لاعبين كحد أقصى مع مدرب



## الديسكواش

لاعبين كحد أقصى مع مدرب  
زيادة تهوية غرفة اللعب  
تطهير الجدران والأدوات باستمرار



## الألعاب الرياضية



## الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

## ترك المسافة الكافية

لا تقل عن مترين



## المدة الزمنية

90 دقيقة كحد أقصى



## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

## التعليمات الصحية



استخدام مقياس الحرارة للتحقق من درجة حرارة الموظفين والرياضيين والزوار قبل أي استخدام للمرافق.

يجب على أي رياضي أو موظف بدرجة حرارة 37.5 درجة مئوية أو أعلى المغادرة والاتصال فوراً بـ 444 .

الإبلاغ عن أي حالة يشتبه بإصابتها واتخاذ ما يلزم.

في حال تسجيل حالة مؤكدة يجب تطبيق البروتوكولات المعتمدة من قبل الفريق الوطني للتصدي لفيروس كورونا.

التعاون مع وزارة الصحة في عملية رصد الحالات المخالطة للحالة المؤكدة لكي يتم تطبيق إجراءات الفريق الوطني للتصدي لفيروس كورونا.



#نلتزم للبحرين

12

V3

## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

## التواصل والتوعية



نشر الملصقات التوعوية في المنشأة وعلى الباصات بعدة لغات على ان تشمل ما يلي:

طرق انتشار المرض والوقاية منه.

اتباع آداب العطاس والسعال (استخدام المناديل الورقية وكيفية التخلص منها، استخدام المرفق عن طريق ثني الذراع)

نشر التوعية بأعراض المرض وضرورة الإفصاح عنه والالتزام بما تستوجبه الإجراءات المتبعة.

التوعية بغسل الأيدي وتجنب لمس العينين والأنف والفم قبل غسل اليدين والحث على الاهتمام بالنظافة الشخصية والرعاية الصحية.

## ارشادات تحقيق التباعد



وضع ملصقات التباعد على الارضيات وتوضيح مكان الوقوف في الاماكن التالية:

قبل المدخل الرئيسي للمنشأة الرياضية عند الانتظار للكشف في نقطة الفحص.

عند الدخول إلى دورات المياه.

قاعات تدريب حصص اللياقة.

عند دكة البدلاء - استراحة الرياضيين.

المصاعد.



13

#نلتزم\_للبحرين

V3



## التدريبات الرياضية

للاتحادات الرياضية والاندية الوطنية

### ارشادات التباعد داخل المنشأة



تقليل الطاقة الاستيعابية في المنشأة الرياضية بشكل عام ومرافقها بشكل خاص.  
الحد من عدد الأشخاص المستخدمين للمصاعد.  
اتباع الاشتراطات الخاصة بتطبيق الاشتراطات الصحية في المناطق المخصصة للصلاة.  
الحفاظ على مسافة التباعد أثناء الجلوس في دكة البدلاء.

### متابعة تنفيذ الاجراءات الوقائية



تخصيص مشرف من قبل كل اتحاد رياضي ونادي وطني ليكون نقطة التواصل مع وزارة شؤون الشباب والرياضة.  
مهمة المشرف التأكد من تنفيذ البروتوكول الخاص بالدليل الارشادي وتوفير جميع الاشتراطات في المنشأة الرياضية.  
يحتفظ المشرف بجميع السجلات اليومية والاستمارات ونتائج الفحوصات.  
تدريب المسؤولين عند نقاط الفحص على الطريقة الصحيحة لاستخدام جهاز قياس درجة الحرارة وجهاز الكشف السريع عن كورونا Antigen Test .





## الدوريات المحلية

مقر المنشأة الرياضية



وقت الإحماء قبل المباراة



أثناء المباراة



#نلتزم\_للبحرين

15

V3

## الدوريات المحلية

## مقر المنشأة الرياضية



يقتصر دخول المنشآت الرياضية على الحاصلين على التطعيم ضد فيروس كورونا المستجد (كوفيد - 19) أو المتعافين منه ويكون الإثبات بإبراز الوثيقة الدالة على ذلك أو من خلال تطبيق مجتمع واعي " BeAware " أو غيره من التطبيقات المعتمدة.

يسمح بحضور الجماهير بنسبة 50% من الطاقة الاستيعابية للمنشآت الرياضية المغلقة.

يجب ترك كرسيين بين كل مجموعة بما يضمن مسافة التباعد المطلوبة، مع وضع منظمين للتأكد من التزام الجماهير بالاشتراطات.

استخدام مقياس الحرارة وجهاز الكشف السريع عن كورونا Antigen Test للاعبين والجهاز الفني والاداري والطاقم الطبي والحكام قبل الدخول للمنشأة التي ستقام عليها المباراة.

تعقيم وتنظيف مرافق المنشأة قبل وبعد إقامة المباراة المقررة.

تنظيف وتعقيم غرف تبديل الملابس والحمامات قبل وبعد إقامة المباراة.

الحفاظ على مسافة لا تقل عن مترين في جميع مرافق المنشأة بما فيها غرف تغيير الملابس.

الالتزام بمسافة التباعد أثناء اللقاءات الصحفية ويفضل اجراء اللقاءات عن طريق الوسائل التقنية المختلفة.

تطبيق مبدأ التباعد في دكة البدلاء أثناء المباريات والطبية والرياضية

على الممارس الرياضي تقليل الاحتكاك مع زملائه في المجموعة والابتعاد عن التجمعات داخل المنشأة.



## الدوريات المحلية

## وقت الإحماء قبل المباراة



تطهير أدوات التحكم مثل الراية، الصافرة، والكروت وغيرها بعد كل استخدام ومنع مشاركتها.

تطهير أرضيات الملاعب ذات الأسطح غير العشبية مثل مضمار الجري ولوحات الإعلانات

تطهير قوائم أبواب المرمى والكرات المستخدمة وذلك بشكل دوري بين الشوطين وبعد كل مباراة.



17

#نلتزم\_للبحرين

V3

## الدوريات المحلية

## أثناء المباراة



- تخصيص مدخل خاص لكل فريق أو تنظيم الدخول بشكل متباعد
- منع التزاحم في ممرات دخول الملعب، وغرفة الملابس، ودورات المياه
- تقليل عدد الأعضاء غير المهمين في كل فريق مثل الإداريين، والفنيين
- تقليل عدد المصورين والالتزام بمسافة التباعد الآمنة في مواقعهم.
- تخصيص مساحة لا تقل عن مترين في جميع الاتجاهات لكل مصور بما يضمن مسافة التباعد بينهم.
- تطهير الأماكن التي يكثر فيها التلامس مثل قوائم المرمى، ومقاعد البدلاء، وأجهزة حكام الفار وتطهيرها بشكل مستمر
- إلزام القائمين على جمع الكرات لبس الكمامات بشكل دائم وتطهير الأيدي عند لمس الكرة
- منع المصافحة والعناق قبل المباراة، وعند الاحتفال بتسجيل الأهداف، وبعد انتهاء المباراة.
- منع تبادل قمصان اللاعبين مع بعضهم البعض بعد نهاية المباريات.
- منع الاحتفالات والتجمعات داخل او خارج المنشأة.
- يجب على الطاقم الفني والإداري واللاعبين الاحتياطييين الحفاظ على مسافة آمنة لا تقل عن مترين وهم على كراسي الاحتياط خلال المباراة.



## عودة النشاط الرياضي

النادية الصحية والاكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

ارشادات عامة:



إعداد قائمة للحجوزات المسبقة والزام الشخص الذي قام بالحجز الاحتفاظ بمعلومات الآخريين في نفس المجموعة.

السماح باستقبال الزبائن بدون موعد مع تشجيع الحجز المسبق خصوصا للحصص التدريبية.

ترك فترة بين الصفوف التدريبية (10 دقائق على الأقل) للسماح لموظفي المنشأة من تنظيفها وتطهيرها.

يسمح لبيع المنتجات مع الالتزام بالارشادات والاشتراطات الصحية الخاصة بوزارة الصحة لمحات البيع بالتجزئة التجارية.

يلتزم المدربين بلبس الأقنعة والقفازات ويمكن خفضها أو خلعها أثناء التدريبات الشديدة، وتغييرهم بعد كل حصة تدريبية.

يلتزم الجميع بلبس الأقنعة ويستثنى وقت ممارسة التدريب الشديد من ذلك.

احضار المتدربين لأغراضهم الخاصة.

الالتزام بتعقيم اماكن الاستحمام والتبديل بصورة دورية مجدولة (مرتين في اليوم على الأقل).

يمكن للمنشأة توفير المناشف في حال التعقيم والتغليظ فردياً او غسلها بدرجة حرارة عالية لا تقل عن 80 درجة مئوية.

تقليل الأعداد المسموح بها على ان لا يتجاوز عدد الحضور عدد الأجهزة الموجودة في الصالة.

## الأندية الصحية واللياقة البدنية العامة والخاصة



### الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

### ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

### المدة الزمنية



90 دقيقة بحد اقصى



#حمية\_والتزام

5

V3

## عودة النشاط الرياضي

الأندية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

المدرّب الشخصي: 

تطهير وتعقيم الأدوات المستخدمة في التدريب قبل بدء الحصة التدريبية.

على المدرّب والمتدربين غسل وتطهير أيديهم بالماء والصابون واستخدام الكحول المعقمة (لا تقل نسبتها عن 70%) قبل وبعد التدريب بشكل مباشر.

يجب على المدرّبين الخاصين تقليل احتكاكهم بالرياضيين، ويمنع إجراء التعديلات الضبطية باليد، ويتم تشجيع الإشارات اللفظية لضمان أداء الحركات الرياضية الصحيحة.

الصفوف والحصص التدريبية الجماعية: 


4 متر مربع (مترين × مترين) لكل شخص في الحصص التدريبية.

يجب تطهير وتعقيم الأدوات المستخدمة في التدريب قبل بدء الحصة التدريبية.


إزالة جلسات التدريب الأرضية وفرشات اليوغا من الصفوف التدريبية.

استخدام الملصقات الأرضية للحفاظ على مسافة لا تقل عن مترين في جميع الاتجاهات بين المتدربين.

صفوف تدريب الدراجات: ترك مسافة آمنة لا تقل عن مترين بين كل دراجة وأخرى، وينصح بتقليل الطاقة الاستيعابية لكل حصة تدريبية.

الأندية الصحية واللياقة البدنية العامة والخاصة الأنشطة المشمولة 

- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

ترك المسافة الكافية 

لا تقل عن مترين

المدة الزمنية 

90 دقيقة بحد أقصى

6

#حماية والتزام

V3

## عودة النشاط الرياضي

الأندية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## الألعاب الرياضية



### الفروسية



تعقيم وتنظيف اللجام والسرغ قبل وبعد التدريب.

يجب احضار الادوات والمعدات الشخصية وعدم مشاركتها مع اي شخص.

الحفاظ على مسافة التباعد.

### رياضة السيارات والدراجات النارية



تعقيم وتنظيف السيارة او الدراجة النارية او سيارة الكارتنج قبل وبعد الاستخدام.

لا يسمح بوجود شخص آخر غير المتسابق في السيارة او على الدراجة النارية.

يجب احضار الادوات والمعدات الشخصية وعدم مشاركتها مع اي شخص.

الحفاظ على مسافة التباعد.

### فنون القتال



يسمح بمزاوتها فردي (دون نزال مع لاعب آخر) وذلك لصعوبة تطبيق التباعد بين اللاعبين

### الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

### ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

### المدة الزمنية



90 دقيقة بحد اقصى

7

#حمية\_والتزام

V3



## عودة النشاط الرياضي

الأندية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## كرة القدم



22 لاعب كحد أقصى

تطهير الكرات والأدوات بعد كل حصة تدريبية ويفضل استخدام كرات مختلفة لكل مجموعة.

يجب ان يتم تجميع الكرات بواسطة الموظفين المخصصين لذلك.

## كرة السلة



10 لاعبين كحد أقصى مع مدرب يتم توزيعهم وفقاً لذلك.

تطهير الكرات والأدوات بعد كل حصة تدريبية ويفضل استخدام كرات مختلفة لكل مجموعة.

يجب ان يتم تجميع الكرات بواسطة الموظفين المخصصين لذلك.

## كرة اليد



14 لاعب كحد أقصى مع مدرب يتم توزيعهم وفقاً لذلك.

تطهير الكرات والأدوات بعد كل حصة تدريبية ويفضل استخدام كرات مختلفة لكل مجموعة.

يجب ان يتم تجميع الكرات بواسطة الموظفين المخصصين لذلك.

## الألعاب الرياضية



## الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

## ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

## المدة الزمنية



90 دقيقة بحد أقصى

## عودة النشاط الرياضي

النادية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## الألعاب الرياضية



### كرة الطائرة



12 لاعب كحد أقصى مع مدربين ويتم توزيعهم وفقاً لذلك.

تطهير الكرات والأدوات بعد كل حصة تدريبية ويفضل استخدام كرات مختلفة لكل مجموعة.

يجب ان يتم تجميع الكرات بواسطة الموظفين المخصصين لذلك.

### السباحة



أن تكون المسارات المخصصة للتدريب محققة للتباعد الاجتماعي.

يسمح بالتدريب الجماعي بحد أقصى شخص واحد في كل حارة.

يجب على السباحين إحضار معداتهم الخاصة.

الالتزام بقرار وزارة الصحة بشأن الاشتراطات الصحية في المنشآت التي تحتوي على برك وحمامات سباحة لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا المستجد COVID-19

### الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

### ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

### المدة الزمنية



90 دقيقة بحد أقصى

## عودة النشاط الرياضي

الأندية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## الألعاب الرياضية



## الجولف



يسمح بعدد 3 لاعبين وقت الانطلاق فقط وتكون أوقات الانطلاق كل 10 دقائق.

منع تشغيل قاطرات الحقائق وعلى اللاعبين وضع حقائبهم الخاصة على عربات الجولف.

إذا كانت حقيبة اللاعب في مخزن النادي، فسيجمعها له موظفو المكان نيابة عنه

إزالة العلامات الأرضية أو الأعلام أو علامة المخبأ تكون فقط من خلال الموظفين المعيّنين.

يجب على اللاعبين توفير كرات الجولف الخاصة بهم.

## الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

## ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

## المدة الزمنية



90 دقيقة بحد أقصى

## الدراجات الهوائية والجري



مارس الرياضة بشكل فردي وفي أوقات مختلفة خلال اليوم.

يسمح بالتدريب الجماعي في المساحات الخارجية بحد أقصى 5 أعضاء لكل مجموعة ولكن لا يتم تشجيعه.



#حمية\_والتزام

10

V3

## عودة النشاط الرياضي

الأندية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## الألعاب الرياضية



### الكريكيت



يسمح بالتدريب الجماعي على ألا يزيد عدد المشاركين في الحصة التدريبية عن 8 أشخاص.

يسمح بعمل شبكات للتدريب على ألا يزيد عن 8 لاعبين لكل شبكة.

يجب على اللاعبين إحضار معداتهم الخاصة معهم.

### الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

### الرياضات البحرية



لاعب واحد لكل قارب شراعي.

تعييم وتنظيف المعدات قبل وبعد الاستخدام.

يجب احضار الادوات والمعدات الشخصية وعدم مشاركتها مع اي شخص.

الحفاظ على مسافة التباعد.

### ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

### المدة الزمنية



90 دقيقة بحد اقصى



#حماية\_والتزام

11

V3

## عودة النشاط الرياضي

الأندية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## الألعاب الرياضية



## الرجبي



يسمح بالتدريب الجماعي بحد أقصى 23 مشارك في الحصة التدريبية بما في ذلك المدربين

يجب على اللاعبين إحضار معداتهم الخاصة.

## البولينغ



تعقيم وتنظيف كرة البولينغ قبل وبعد التدريب.

يجب إحضار الأدوات والمعدات الشخصية وعدم مشاركتها مع أي شخص.

الحفاظ على مسافة التباعد.

## البلياردو والسنوكر



تقليص عدد اللاعبين إلى 2 فقط.

تطهير اليدين عند لمس الكرة.

الحفاظ على مسافة التباعد الاجتماعي.

## الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

## ترك المسافة الكافية



لا تقل عن مترين

## المدة الزمنية



90 دقيقة بحد أقصى

#حماية\_والتزام

12

V3

## عودة النشاط الرياضي

الأندية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

### كرة المضرب:

يجب تنظيف المعدات بانتظام، بما في ذلك المضارب والأقماع المستهدفة والكرات وأدوات رمي الكرة والطاولات والزجاج المحيط وما إلى ذلك.

تطهير الكرات والأدوات بعد كل حصة تدريبية ويفضل استخدام كرات مختلفة لكل مجموعة.

أثناء التدريب: يجب أن يكون للاعبين أدوات خاصة بهم لتجنب المشاركة مع اللاعبين الآخرين.

يفضل استخدام آلة أو جهاز رمي الكرة لإعطاء الدروس مع تجنب لمس الكرة.

تعقيم الأنابيب وسلال الكرات بعد الاستخدام.

### التنس الأرضي

4 لاعبين كحد أقصى مع مدرب



### تنس الطاولة

لاعبين كحد أقصى مع مدرب



### الريشة الطائرة

4 لاعبين كحد أقصى مع مدرب



### اليسكواش

لاعبين كحد أقصى مع مدرب



تطهير الجدران والأدوات باستمرار

زيادة تهوية غرفة اللعب

## الألعاب الرياضية



### الأنشطة المشمولة



- ✓ جميع الملاعب والصالات
- ✓ التدريبات في الملاعب والمساحات الخارجية
- ✓ المسابح الرسمية والمعتمدة
- ✓ الأندية الصحية واللياقة البدنية
- ✓ الأكاديميات الرياضية ومدارس التدريب
- ✓ تأجير الملاعب الرياضية
- ✓ غرف البخار والسونا والجاكوزي
- ✓ السبا (التدليك والمساج)

### ترك المسافة الكافية

لا تقل عن مترين



### المدة الزمنية

90 دقيقة بحد أقصى



#حماية\_والتزام

13

V3

## عودة النشاط الرياضي

الاندية الصحية والاكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

الأكاديميات الرياضية  
ومدارس التدريب

يسمح لغير المطعمين استخدام الملاعب الخارجية ولمن هم دون الـ 12 عاما بصحبة شخص متطعم أو متعافي،

إعداد قائمة للحجوزات المسبقة والزام الشخص الذي قام بالحجز الاحتفاظ بمعلومات الآخرين في نفس المجموعة.

يجب احضار الادوات والمعدات الشخصية وعدم مشاركتها مع اي شخص.

يمنع توفير وتوزيع الملابس والأحذية الخاصة بالتدريب.

يمكن بيع المنتجات والالتزام بالارشادات والاشتراطات الصحية الخاصة بوزارة الصحة لمحات البيع بالتجزئة التجارية.

ترك فترات بين الصفوف التدريبية للسماح لموظفي المنشأة من تنظيف وتطهير الأدوات المستخدمة.

يجب على المدربين تقليل احتكاكهم بالرياضيين، ويمنع إجراء التعديلات الضبطية باليد، ويتم تشجيع الإشارات اللفظية لضمان أداء التقنيات الرياضية الصحيحة.

يسمح بإقامة التدريبات في المساحات الخارجية والمفتوحة مع ضرورة الالتزام بمسافة التباعد وتطهير وتنظيف الأدوات والمعدات المستخدمة في التدريبات قبل وبعد الحصة التدريبية.

الالتزام بجميع القيود والتعليمات والإرشادات الواردة في هذا الدليل الإرشادي بناءً على طبيعة نشاطها.



#حماية\_والالتزام

14

V3

## عودة النشاط الرياضي

الأكاديمية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## تأجير الملاعب الرياضية



- يسمح بتأجير الملاعب الداخلية أو الخارجية عن طريق الحجوزات المسبقة فقط.
- إعداد قائمة للحجوزات المسبقة والزام الشخص الذي قام بالحجز الاحتفاظ بمعلومات الآخرين في نفس المجموعة.
- تطهير الكرات والأدوات بعد كل حجز ويفضل استخدام كرات مختلفة لكل مجموعة.
- ترك فترة بين الحجوزات (10 دقائق على الأقل) للسماح لموظفي المنشأة من تنظيفها وتطهيرها.
- عدم تأجير الملابس والأحذية وفي حال وجوب تأجيرها فيتم تعقيمها قبل وبعد استخدام كل شخص.
- يمكن بيع المنتجات والالتزام بالإرشادات والاشتراطات الصحية الخاصة بوزارة الصحة لمحات البيع بالتجزئة التجارية.
- الالتزام بجميع القيود والتعليمات والإرشادات الواردة في هذا الدليل الإرشادي بناءً على طبيعة نشاطها.



#حماية\_والتزام

15

V3



## عودة النشاط الرياضي

الاندية الصحية والاكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## التعليمات الصحية



استخدام مقياس الحرارة للتحقق من درجة حرارة الموظفين والرياضيين والزوار قبل أي استخدام للمرافق.

يجب على أي زائر أو موظف بدرجة حرارة 37.5 درجة مئوية أو أعلى المغادرة والاتصال فوراً بـ 444 .

الإبلاغ عن أي حالة يشتبه بإصابتها واتخاذ ما يلزم.

في حال تسجيل حالة مؤكدة يجب تطبيق البروتوكولات المعتمدة من قبل الفريق الوطني للتصدي لفيروس كورونا.

التعاون مع وزارة الصحة في عملية رصد الحالات المخالطة للحالة المؤكدة لكي يتم تطبيق إجراءات الفريق الوطني للتصدي لفيروس كورونا.



#حماية\_والتزام

16

V3

## عودة النشاط الرياضي

الأكاديمية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## التواصل والتوعية



## نشر الملصقات التوعوية في المنشأة وعلى الباصات بعدة لغات على ان تشمل ما يلي:

طرق انتشار المرض والوقاية منه.

اتباع آداب العطاس والسعال (استخدام المناديل الورقية وكيفية التخلص منها، استخدام المرفق عن طريق ثني الذراع)

نشر التوعية بأعراض المرض وضرورة الإفصاح عنه والالتزام بما تستوجبه الإجراءات المتبعة.

التوعية بغسل الأيدي وتجنب لمس العينين والأنف والفم قبل غسل اليدين والحث على الاهتمام بالنظافة الشخصية والرعاية الصحية.

## ارشادات تحقيق التباعد



## وضع ملصقات التباعد على الارضيات وتوضيح مكان الوقوف في الاماكن التالية:

قبل المدخل الرئيسي للمنشأة الرياضية عند الانتظار للكشف في نقطة الفحص.

عند الدخول إلى دورات المياه.

قاعات التدريب حصص اللياقة.

عند دكة البدلاء - استراحة الرياضيين.

المصاعد.



#حماية\_والتزام

17

V3



## ارشادات التباعد داخل المنشأة



تقليص الطاقة الاستيعابية في المنشأة الرياضية بشكل عام ومرافقها بشكل خاص.

الحد من عدد الأشخاص المستخدمين للمصاعد.

اتباع الاشتراطات الخاصة بتطبيق الاشتراطات الصحية في المناطق المخصصة للصلاة.

الحفاظ على مسافة التباعد أثناء الجلوس في دكة البدلاء.

## متابعة تنفيذ الاجراءات الوقائية



تخصيص مشرف ليكون نقطة التواصل مع وزارة شؤون الشباب والرياضة.

مهمة المشرف التأكد من تنفيذ البروتوكول الخاص بالدليل الإرشادي وتوفير جميع الاشتراطات في المنشأة الرياضية.

يحتفظ المشرف بجميع السجلات اليومية والاستمارات ونتائج الفحوصات.

تدريب المسؤولين عند نقاط الفحص على الطريقة الصحيحة لاستخدام جهاز قياس درجة الحرارة.

## عودة النشاط الرياضي

الأندية الصحية والأكاديميات الرياضية والملاعب الخارجية

## #حماية\_والتزام

18

V3

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## التعليمات التوجيهية لكافة المحال التجارية والصناعية



يوصى بقياس درجات حرارة الجسم للعاملين في المحل قبل بداية كل مناوبة، وإذا كانت درجة الحرارة أعلى من 37.5 درجة مئوية، فلا يجب السماح لهم بالتواجد داخل المحل.



يجب تشجيع العملاء على التسوق عبر الإنترنت واستخدام الدفع الإلكتروني وتوفير خدمة الاستلام (خارج المحلات إن أمكن) أو التوصيل إلى المنازل وأماكن العملاء.



ينبغي أن يحافظ العملاء في صف الانتظار على مسافة لا تقل عن متر واحد بين بعضهم البعض، ويوصى بوضع علامات على الأرض لمساعدة العملاء على معرفة مكان الاصطفاف الصحيح.



استخدام العلامات الإرشادية على الأرض أو غيرها من العلامات المرئية للإشارة إلى مسار ذو اتجاه واحد داخل المحل لتجنب الازدحام أو عبور العملاء للممرات.



النظر في إنشاء قسم أو أكثر لبيع "المستلزمات والأشياء الضرورية فقط" لتقليل وقت عملية التسوق للعملاء.



تنظيم المحل بحيث يتم وضع السلع الأساسية بطريقة يسهل الوصول إليها.



يجب على العاملين في المحلات ارتداء كمامات الوجه والقفازات البلاستيكية، بما في ذلك أمين الصندوق (الكاشير) وحاملتي المشتريات.



بالنسبة للمحلات ذات المساحة المحدودة، يجب على العملاء الانتظار في الخارج حين تلقي الطلبات مع الحفاظ على مسافة لا تقل عن متر واحد بين بعضهم البعض للاقتصار على تسليم المشتريات في الخارج.



يجب أن تحتوي المحلات على معقمات اليدين عند مداخل ومخارج المحل، بالإضافة إلى مواقع مختلفة داخل المحل.



يجب على المحلات حصر وتحديد عدد العملاء المسموح لهم بالتسوق داخل المحل في وقت واحد.



يجب على عمال المحلات الالتزام بالتنظيف المستمر لكل عربة تسوق أو سلة بعد استخدامها من قبل كل عميل.

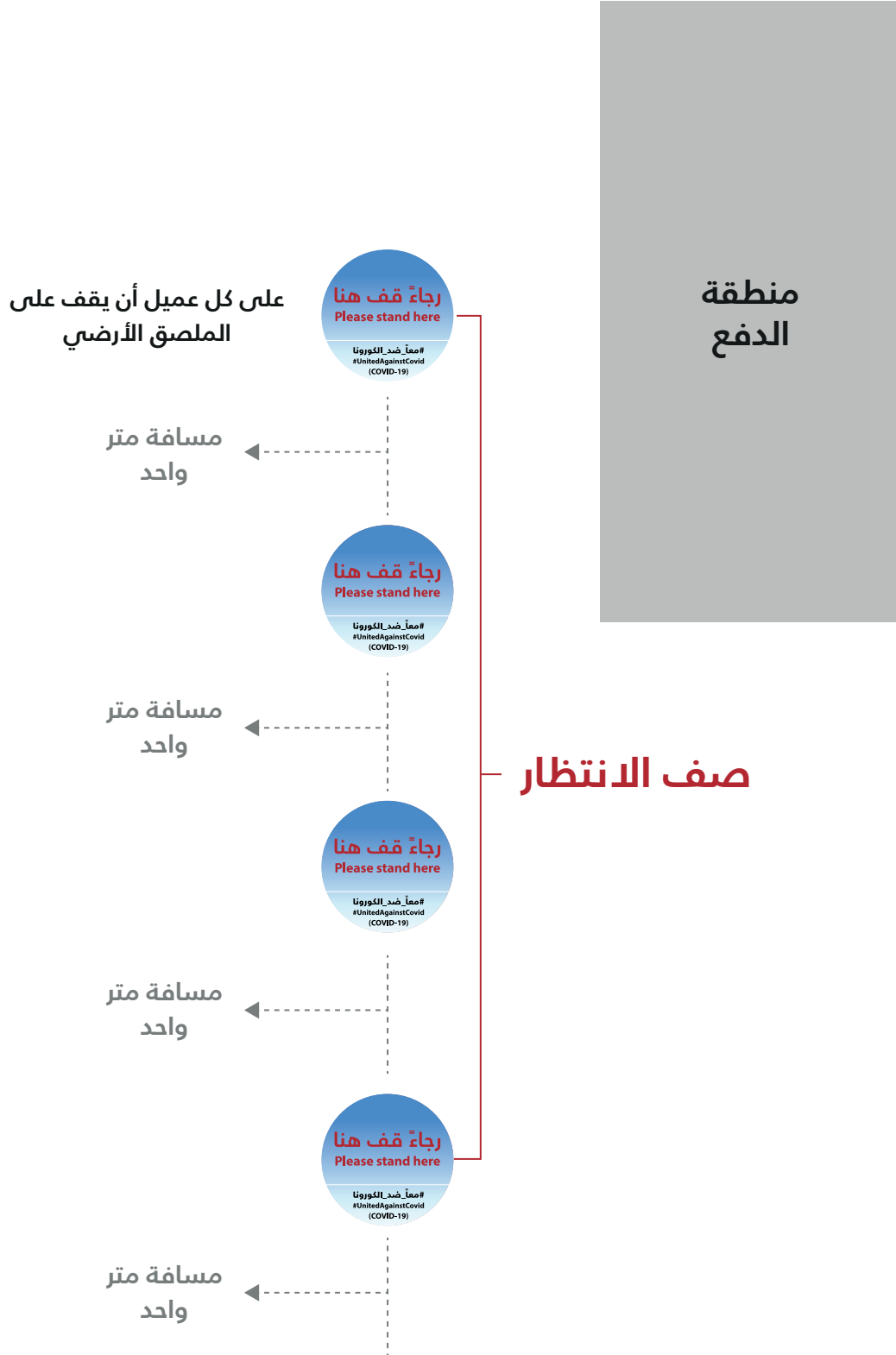


تشجيع عمليات الدفع الإلكتروني وتجنب استخدام الأوراق النقدية قدر الإمكان.

## تخصيص اول ساعة لكبار السن والحوامل



## مخطط الأرضية لمحلات الهايبر ماركت والبقالات والبرادات



## الملصق الأرضي

**رجاءً قف هنا**  
**Please stand here**

**#معاً\_ضد\_الكورونا**  
**#UnitedAgainstCovid**  
**(COVID-19)**

## تعليمات طباعة الملصق:

1. يجب طباعة هذا الملصق ليوضع على الأرض للإشارة إلى وجود مسافة متر واحد بين العملاء في صف الانتظار
2. نوصي باستخدام ملصق الفينيل (vinyl) ذو جودة عالية للطباعة
3. يجب أن يكون حجم الملصق كبيراً بما يكفي ليقف عليه الشخص (نوصي بأن يكون نصف قطر الدائرة 30 سم)

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## التدابير الوقائية عند شراء بعض السلع من المحال التجارية والصناعية لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

تلتزم كافة المحال التجارية والصناعية بتدابير الوقاية التالية:

### أولاً: السماح بفتح غرف تبديل الملابس بالمحال التجارية بالاشتراطات الآتية:

1- **تعقيم الغرف** بصورة مستمرة و  
خاصة بعد كل استخدام



2- **تنظيم الانتظار** لمستخدمي  
منطقة غرف التبديل بحسب  
المساحة بما يضمن التباعد  
الاجتماعي (مترين لكل شخص)



3- **لصق الإرشادات** الخاصة  
بالتباعد الاجتماعي على الأرضيات  
بشكل واضح



### أ- الاشتراطات الخاصة بغرف تبديل الملابس

4- **تخصيص مكان** خاص للملابس  
المستخدمه



1 2 3



الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)

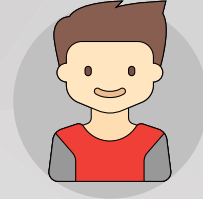


## التدابير الوقائية عند شراء بعض السلع من المحال التجارية والصناعية لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

تعقيم اليدين بالمعقم الكحولي.



الالتزام بلبس الكمام



ب- اشتراطات  
مستخدمي غرف  
تبادل الملابس

تعقيم الملابس المستخدمة او  
عدم استخدامها مرة اخرى لمدة  
48 ساعة.



ج- اشتراطات  
الملابس

الحملة الوطنية  
لمكافحة  
فيروس كورونا  
(COVID-19)



## التدابير الوقائية عند شراء بعض السلع من المحال التجارية والصناعية لاحتواء ومنع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

### السماح بتجربة واسترجاع وتبديل السلع بالضوابط التالية:



**لا يتم تجربة** مستحضرات التجميل والكمامات الطبية، ولا يتم  
تبديلها أو استرجاعها بعد تجربتها أو بيعها.



**يتم السماح** بتجربة واسترجاع السلع الأخرى بشرط تعقيمها من قبل  
الموظفين بالمحل قبل ارجاعها للرف.



**يتم تعقيم الملابس** التي تم تبديلها أو استرجاعها بأحد الطرق الآتية:

الغسيل  
الجاف

غسيل الملابس  
بالماء والصابون

الكي  
بالبخار

**بالنسبة للسلع** التي يصعب تعقيمها بأحد الطرق السابقة، يتم عزلها  
في غرفة منفصلة لمدة 48 ساعة قبل إعادة عرضها للبيع من جديد.



**تعقيم النظارات** والمجوهرات وغيرها من المستلزمات الشخصية التي  
توضع على جسم الانسان مباشرة ويمكن تعقيمها بسوائل التعقيم  
التي تقضي على الفيروسات بعد ملامسة أي من رواد المحل أو  
العاملين فيه لها.



① ② ③