

新冠肺炎防控指南漫画

(汉阿双语)

دليل كرتوني للوقاية من فيروس كورونا المستجد (كوفيد- 19)

(باللغة العربية و اللغة الصينية)



天津出版传媒集团

天津电子出版社

新冠肺炎防控指南漫画（汉阿双语）

指 导：天津市人民政府新闻办公室

审 定：天津市卫生健康委员会

天津市人民政府外事办公室

南开大学外国语学院

编 写：天津电子出版社 天津科学技术出版社

绘 图：左 川 赵新立

书 法：田 原

翻 译：窦天娇 穆拉德·哈桑·阿巴斯（MORAD HASSAN ABBAS）

责任编辑：王彦刚

文字编辑：沈之骅

出 版：天津电子出版社

دليل كرتوني للوقاية من فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) (باللغة العربية و اللغة الصينية)

برعاية : المكتب الإعلامي للحكومة الشعبية لمدينة تيانجين

الفحص : مجلس صحة مدينة تيانجين

مكتبة الشؤون الخارجية للحكومة الشعبية لمدينة تيانجين

كلية اللغات الأجنبية جامعة نانكاي

التأليف : دار تيانجين للنشر الإلكتروني، دار تيانجين للصحافة والتكنولوجيا

الرسومات: نسوه تشوان و تشاو شين لي

الخطوط: تيان يوان

الترجمة: دو تيا جياو و مراد حسن عباس

المحرر المسؤول: وانغ يان قانغ

محرر النص: شن تشي يه

النشر : دار تيانجين للنشر الإلكتروني

新冠肺炎防控指南漫画(汉阿双语)

دليل كرتوني للوقاية من فيروس كورونا المستجد (كوفيد- 19) (باللغة العربية و اللغة الصينية)



冠状病毒不好看,偷偷摸摸来捣蛋

فيروس كورونا (كوفيد- 19) من أبشع الفيروسات وأفتكها

引发此次疫情的是一种首次被发现的新型冠状病毒。

سبب الوباء هو فيروس تاجي جديد، اكتشف للمرة الأولى.



不遮不挡打喷嚏，传播病毒惹人厌

إن السعال دون مراعاة الآخرين ودون أي غطاء للفم، ينقل الفيروس ويثير
اشمئزاز الآخرين

感染者在呼吸、说话、咳嗽、打喷嚏时，会排出大量携带病毒的飞沫，给周围的人带来感染风险。

عندما يتنفس الأشخاص المصابون أو يتكلمون أو يعطسون أو يسعلون فإن (كوفيد- 19)
ينتقل مع الرذاذ الذي يكون محملاً بكمية كبيرة من الفيروسات، مما يشكل خطراً على
الأشخاص القريبين بالعدوى.

新冠肺炎防控指南漫画 (汉阿双语)

دليل كرتوني للوقاية من فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) (باللغة العربية و اللغة الصينية)



发热干咳身乏力，佩戴口罩去医院

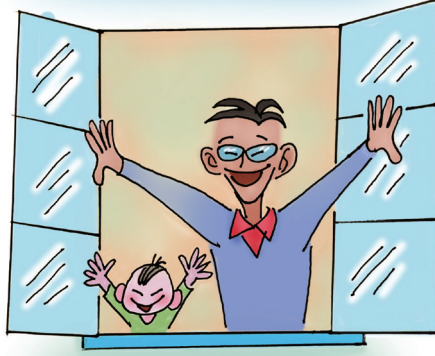
الحمى والسعال الجاف والإعياء، تجعل من المحتمل عليك استخدام كمادة الوجه
عند زيارة الطبيب

如果出现新冠肺炎症状，应及时就医。外出就医时要佩戴口罩，尽量避免搭乘公共交通工具。

إذا ظهرت عليك أي من أعراض الالتهاب الرئوي التاجي، فاستشر الطبيب مباشرة، وتأكد من ارتداء قناع الوجه عند مغادرة البيت إلى الطبيب، وتجنب ركوب أية مواصلات عامة.

新冠肺炎防控指南漫画(汉阿双语)

دليل كرتوني للوقاية من فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) (باللغة العربية و اللغة الصينية)



封闭房间空气浊，开窗通风身体健

الهواء يكون فاسدا في الحجرات المغلقة، افتح النوافذ دائما كي تبقى صحية

要做好居室的清洁工作，还要经常开窗通风，但是要注意室内外温差，预防感冒。

اجعل الحجرات نظيفة عن طريق فتح النوافذ من أجل هواء صحي، لكن توخَّ الحذر بمراعاة الفرق بين درجة الحرارة في الخارج والداخل كي لا تصاب بالبرد.



学会七步洗手法，洗完别忘了要擦干

اغسل اليدين باتتباع الخطوات السبعة النموذجية، وتذكر أن تجفف اليدين بعد الغسل

采用七步洗手法，如图所示。

اغسل اليدين باتتباع الخطوات السبعة . كما هو موضح في الصور.

新冠肺炎防控指南漫画 (汉阿双语)

دليل كرتوني للوقاية من فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) (باللغة العربية و اللغة الصينية)



1. 洗手掌



2. 洗手背



3. 洗指缝



4. 洗指背



5. 洗拇指



6. 洗指尖



7. 洗手腕

2. غسل ظهر اليدين

4. غسل أظافر الأصابع

6. غسل أطراف الأصابع

1. غسل الكفين

3. غسل فواصل الأصابع

5. غسل الإبهامين

7. غسل الرسغين

新冠肺炎防控指南漫画(汉阿双语)

دليل كرتوني للوقاية من فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) (باللغة العربية و اللغة الصينية)



纸巾手肘遮口鼻，喷嚏莫把病毒散

دائماً غطّ الفم والأنف بالمناديل الورقية أو بمرفق اليد، لا تنتشر الفيروس عند العطس

用完的纸巾立即丢弃到带盖的垃圾箱内，回家后立即对外套进行消毒处理。

ألقي بالمناديل المستعملة فوراً في صناديق القمامة، وطهر ملابسك الخارجية أولاً عند عودتك إلى المنزل.

新冠肺炎防控指南漫画 (汉阿双语)

دليل كرتوني للوقاية من فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) (باللغة العربية و اللغة الصينية)



防护口罩准备好，出门佩戴护平安

اجعل قناع الوجه جاهزا لارتدائه عند الخروج لضمان السلامة

正确、科学地佩戴口罩，可以有效降低新型冠状病毒感染风险。

ارتد قناع الوجه مثلما توضح التعليمات لتقليل أية خطورة للإصابة بكوفيد-19.



家有儿童少外出，居家生活更安全

قلل من الخروج مع العائلة والأطفال، البقاء في البيت يعني البقاء أصحاء

有儿童、老年人和病人的家庭，宜减少外出。

إنه من المفضل أن تقلل من الخروج مع العائلة خاصة الأطفال وكبار السن.

新冠肺炎防控指南漫画(汉阿双语)

دليل كرتوني للوقاية من فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) (باللغة العربية و اللغة الصينية)



异地归来先观察，自我监测十四天

طبق الحجر الصحي الذاتي لمدة 14 يوما، عند العودة إلى البيت من مكان آخر

监测期间要做好室内通风、消毒工作，被观察者要佩戴口罩，不要直接接触家人。

قم بتهوية الغرف ، وعقمها في أثناء العزل الصحي الذاتي ، ويجب أن يرتدي الشخص المعزول قناع الوجه و يتجنب لمس بقية أفراد العائلة .



莫信谣言莫传谣，心态乐观展笑颜

هل تصدق في الشائعات عن انتشار الفيروس؟ لا، لا، لا، نحن لا نفعل أبداً، ابق
مبتسماً ومتفائلاً دائماً

谣言会让人产生负面情绪，找点乐观积极的节目乐呵乐呵，健健康康地度过每一天。

الشائعات تتسبب في المشاعر السلبية، ابحث عن البرامج الإيجابية والمتفائلة كي تُسرّى
عنك، واستمتع بالحياة اليومية، صحيحاً معافى.



均衡营养不挑食，经常锻炼好睡眠

الطعام الجيد، اختر الأطعمة الجيدة، واختر دائما، النوم الجيد، الرياضة الجيدة،
الصحة الجيدة

一日三餐有规律，五谷杂粮都要吃，水果蔬菜不能少，肉、蛋、奶也要跟上；每天还要适当运动，可以选择健身操、太极拳等适合室内的运动。

تناول ثلاث وجبات يوميا، تناول يوميا حبوبا وثمارا متنوعة، خضروات وفواكه،
لحوما، وبيضاً ولبناً، وقم بتمارين بدنية معتدلة داخل المنزل كل يوم، مثل تمارين
كمال الأجسام، والكونغ فو وما شابه.



身体不适别心忧，远程问诊解疑难

لا تقلق إن لم تكن تشعر بصحة جيدة، فالتشخيص من بُعد متوفر

如果居家期间出现身体不适，可以先通过电话、互联网等方式联系医院进行诊断。

إذا لم تكن تشعر أنك بصحة جيدة فاستشر الطبيب عن طريق النت والهاتف أولاً.

新冠肺炎防控指南漫画 (汉阿双语)

دليل كرتوني للوقاية من فيروس كورونا المستجد (كوفيد- 19) (باللغة العربية و اللغة الصينية)

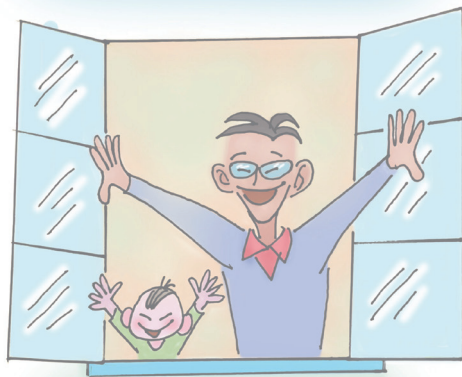


全民一心聚合力，最终定能胜疫情

نحن البشر وحدة واحدة، سننتصر على كوفيد- 19، بالتأكيد سنفعل أخيرا

虽然新冠肺炎疫情危急，但只要我们万众一心，一定能迎来美好生活。

على الرغم من أن الوضع الوبائي للالتهاب الرئوي التاجي المستجد أمر بالغ الخطورة،
فطالما نحن متحدون ، بالتأكيد سنحصل على حياة أفضل .



ISBN 978-7-89466-919-3



9 787894 669193 >