

العزل الاجتماعي

ربما تُلغى الأنشطة والفعاليات وتُغلق المدارس للحفاظ على صحة الأفراد.



يعني العزل الاجتماعي الابتعاد عن الأماكن المزدحمة والأفراد الآخرين.



يصبح العزل الاجتماعي أمرًا ضروريًا للحفاظ على صحتي عند انتشار المرض بين الناس.



ربما أشعر بالإحباط أو الغضب من عدم قدرتي على ممارسة أنشطتي الاعتيادية.



ربما أحتاج إلى المكوث في المنزل حتى أحافظ على صحتي.



ربما يؤدي ذلك إلى عدم استطاعتي القيام بالأنشطة الاعتيادية.

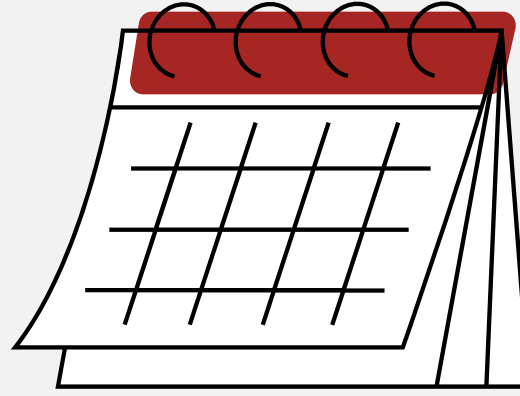


العزل الاجتماعي

سأستطيع العودة لممارسة أنشطتي الاعتيادية عندما يقول الأطباء أن الأجواء قد أصبحت آمنة.



ربما تمر عدة أسابيع قبل أن أعود مرة أخرى إلى ممارسة أنشطتي الاعتيادية.



سيكون الأمر على ما يرام، فيمكنني إيجاد أنشطة أخرى ممتعة أقوم بها في المنزل.

