









English	Translation
1. Living with Covid – Wearing a mask helps to stop the spread of Covid-19	1. التعايش مع كورونا - ارتداء القناع يساعد على الحد من انتشار كورونا
Covid-19 hasn't gone away, so please be kind to your fellow Mancunians by choosing to wear a mask in crowded spaces or when it feels right to do so.	لم ينتهي مرض كورونا لحد الآن، لذا يرجى أن تكون لطيفا مع زملائك مواطني مانشستر من خلال ارتداء القناع في الأماكن المزدحمة أو عندما تشعر أنه من المناسب القيام بذلك.
STAY KIND	كن لطيفا
Still wear a mask in crowded spaces or when it feels right	استمر في ارتداء القناع في الأماكن المزدحمة أو عندما تشعر أنه مناسب

English	Translation
2. Living with Covid – Stay at home for 5 days if you have Covid-19	2. التعايش مع كورونا - ابق في المنزل لمدة 5 أيام إذا كنت مصابا بفيروس كورونا
If you have Covid-19, please be kind to your fellow Mancunians by staying at home for 5 days and avoid contact with other people.	إذا كنت مصابا بفيروس كورونا، فيرجى أن تكون لطيفا مع زملائك مواطني مانشستر من خلال البقاء في المنزل لمدة 5 أيام وتجنب الاتصال بالأشخاص الآخرين.
STAY KIND	كن لطيفا
Please stay at home for 5 days if you have Covid-19	يرجى البقاء في المنزل لمدة 5 أيام إذا كنت مصابا بفيروس كورونا



English	Translation
3. Living with Covid – Keep windows open if you meet others inside	3. التعايش مع كورونا - ابق على النوافذ مفتوحة إذا التقيت بالآخرين في الداخل
Let in fresh air when you meet other people indoors 🏠, especially if they're at a high risk from Covid-19.	اسمح بدخول الهواء النقي عندما تلتقي بأشخاص آخرين في الداخل 🏠، خاصة إذا كانوا معرضين لخطر كبير من مرض كورونا.
STAY KIND	كن لطيفا
Keep windows open if you meet others inside	أبق على النوافذ مفتوحة إذا التقيت بالآخرين في الداخل

English	Translation
4. Living with Covid - It's never too late to book your Covid-19 vaccination	4. التعايش مع كورونا - لم يفت الأوان بعد لحجز موعد لقاح كورونا
It's never too late to come forward for your Covid-19 vaccination.	لم يفت الأوان بعد للتقدم بطلب اللقاح ضد مرض كورونا.
Book an appointment online or go to a walk-in clinics for your first, second or booster dose 📅📅📅	احجز موعدا عبر الإنترنت أو اذهب إلى العيادات المفتوحة للحصول على الجرعة 📅📅📅 الأولى أو الثانية أو المعززة
More info 🖱️ manchester.gov.uk/getmyjab	للمزيد من المعلومات 🖱️ manchester.gov.uk/getmyjab
STAY KIND	كن لطيفا
Please take up the vaccination offer – it's never too late	يرجى قبول عرض اللقاح - لم يفت الأوان بعد

English	Translation
5. Living with Covid – Manchester Covid helpline	5. التعايش مع كورونا - خط مساعدة كورونا في مانشستر
  Do you have Covid-19 worries or concerns? Need help with booking your Covid vaccinations or booster jabs?	 هل لديك مخاوف أو قلق بشأن كورونا؟ هل تحتاج إلى مساعدة في حجز موعد لقاحات كورونا أو اللقاحات المعززة؟
Then call the Manchester COVID-19 Helpline for support. Translation services available. Call free: 0800 840 3858 or text: 07890 036 892	إذا اتصل بخط مساعدة كورونا في مانشستر للحصول على الدعم. تتوفر خدمات الترجمة. اتصل مجاناً: 08008403858 أو أرسل رسالة نصية إلى: 07890036892
STAY KIND	كن لطيفاً
Covid Concerns? Ring Manchester's COVID-19 helpline on 0800 840 3858 or text 07890 036892	مخاوف بشأن كورونا؟ اتصل بخط مساعدة كورونا في مانشستر على 08008403858 أو أرسل رسالة نصية إلى 07890036892

English	Translation
6. Living with Covid – Follow the Manchester Message on Covid-19 and Health.	6. التعايش مع كورونا - اتبع إرشادات مانشستر حول كورونا والصحة.
Please help to keep our city safe from Covid-19 and be kind to each other by:	يرجى المساعدة في الحفاظ على مدينتنا آمنة من كورونا وأن نكون لطفاء مع بعضنا البعض من خلال:
<ul style="list-style-type: none"> • Wearing a face mask in enclosed spaces 	<ul style="list-style-type: none"> • ارتداء قناع الوجه في الأماكن المغلقة
<ul style="list-style-type: none"> • Washing your hands regularly Getting your Covid vaccinations    	<ul style="list-style-type: none"> • غسل اليدين بانتظام والحصول على لقاحات كورونا   
<ul style="list-style-type: none"> • Staying home  for 5 days if you have Covid-19 	<ul style="list-style-type: none"> • البقاء في المنزل  لمدة 5 أيام إذا كنت مصاباً بمرض كورونا
STAY KIND	ابق لطيفاً
Please follow the Manchester Message on Covid-19 and Health	يرجى اتباع إرشادات مانشستر حول مرض كورونا والصحة

English	Translation
7. Living with Covid – Please stay home if you are ill	7. التعايش مع كورونا - يرجى البقاء في المنزل إذا كنت مريضاً

Please stay at home  if you are feeling unwell, this reduces the risk of spreading illnesses to friends, colleagues, and others in our communities.	يرجى البقاء في المنزل  إذا كنت تشعر بتوعك، فهذا يقلل من خطر انتشار الأمراض إلى الأصدقاء والزملاء وغيرهم في المجتمع.
It also helps our health services.	كما أنه يساعد خدماتنا الصحية.
STAY KIND	كن لطيفا
Please stay at home if you are ill	يرجى البقاء في المنزل إذا كنت مريضا

English	Translation
8. Living with Covid – Keep washing your hands regularly	8. التعايش مع كورونا - استمر في غسل يديك بانتظام
Please keep washing your hands regularly for 20 seconds or more to limit the spread of COVID-19 or use hand sanitizer if you are out and about.	يرجى الاستمرار في غسل يديك بانتظام لمدة 20 ثانية أو أكثر للحد من انتشار كورونا أو استخدام معقم اليدين إذا كنت في الخارج.
STAY KIND	كن لطيفا
Keep washing your hands regularly - it really helps	استمر في غسل يديك بانتظام - فهو يساعد فعلاً

English	Translation
9. Living with Covid- where to get Covid tests after 1 April 2022	9. التعايش مع كورونا - مكان إجراء فحوص كورونا بعد 1 أبريل 2022
Free Covid testing ended for most people in England on 1 April 2022.	انتهى فحص كورونا المجاني لمعظم الأشخاص في إنجلترا في 1 أبريل 2022.
If you need a test you can buy them from chemists and supermarkets.	إذا كنت بحاجة إلى فحص يمكنك شرائها من الصيدليات ومحلات السوبر ماركت.
STAY KIND	كن لطيفا
If you need a Covid test, and aren't able to have a free one, they can be bought at chemists and other shops.	إذا كنت بحاجة إلى فحص كورونا، ولم تتمكن من الحصول على فحص مجاني، فيمكن شراؤها من الصيدليات والمتاجر الأخرى.