

الرياض 2021
بطولة العالم للتايكوندو
للستيدات



Riyadh2021
WORLD TAEKWONDO WOMEN'S
OPEN CHAMPIONSHIPS

الرياض
٢٥-٢٧ نوفمبر ٢٠٢١م

التجهيزات والبروتوكولات الصحية الخاصة
ببطولة العالم للمرأة للتايكوندو

Health equipment and protocols for World
Taekwondo Women's Open Championships

وقاية

هيئة الصحة العامة
PUBLIC HEALTH AUTHORITY

نعود بحذر



الاتحاد السعودي للتايكوندو
SAUDI TAEKWONDO FEDERATION



وزارة الرياضة
Ministry of Sports



بالإشارة إلى التجهيزات الطبية والبروتوكولات الصحية المرسله لنا من قبل الاتحاد الدولي للتايكوندو وذلك لتطبيقها خلال منافسات البطولة المذكورة على أن تكون المتطلبات تضمن سلامة الجميع وتحمي المشاركين من الإصابة بفيروس كورونا (COVID-19) وهي كالتالي:

With reference to the medical equipment and health protocols sent to us by the World Taekwondo to be implemented during the aforementioned championship competitions, provided that the requirements ensure the safety of everyone and protect the participants from infection with Corona virus (COVID-19), and they are as follows:

❖ يتحمل كل فرد مسؤولية حماية صحته وصحة الآخرين وتهدف هذه الارشادات إلى تحقيق الأهداف التالية:

❖ Each individual has a responsibility to protect his health and the health of others. These guidelines aim to achieve the following objectives:

✓ المساعدة في ضمان إمكانية تخطيط احداث الاتحاد الدولي للتايكوندو وتنفيذها بما يتماشى مع ووفق أفضل ممارسات الاحداث ذات الصلة ووفق إرشادات ولوائح هيئة الصحة العامة الوطنية للحكومة المحلية.

✓ Assist in ensuring that World Taekwondo events can be planned and carried out in line with and in accordance with relevant event best practices and in accordance with local government National Public Health Authority guidelines and regulations.

✓ تقديم التوجهات الصحية ذات الصلة لجميع أصحاب المصلحة في أحداث الاتحاد الدولي للتايكوندو.

✓ Provide relevant health guidance to all stakeholders in World Taekwondo events.

✓ توفير إطار عمل قوي لاكتشاف وعزل وإدارة شخص أو أشخاص مصابين بفيروس كوفيد-19 أثناء الحدث الرياضي.

✓ Provide a robust framework for the detection, isolation and management of a person or persons infected with COVID-19 during the sporting event.

✓ تحديد ومشاركة أفضل الممارسات لإدارة الاحداث في سياق جائحة كورونا (COVID-19)، وضمان التعاون والمشاركة مع جميع أصحاب المصلحة الرياضية وكذلك السلطات الرياضية الأخرى.

✓ Identify and share best practices for event management in the context of COVID-19 pandemic, ensuring cooperation and participation with all sporting stakeholders as well as other sporting authorities.



- يجب على الاتحاد ضمان توفر تأمين على جميع المشاركين قبل السفر إلى المنافسة.
- The Federation must ensure that all participants have insurance before traveling to the competition.
- يتم تحديد مسؤول الاتصال / رئيس الفريق بالاتحاد.
- The contact responsible / team leader is to be determined in the federation
- يتم تنزيل وتثبيت جميع معلومات كوفيد-١٩ ذات الصلة على هاتفك الذكي. (تطبيق توكلنا عند الوصول).
- All relevant COVID-19 information is downloaded and installed on your smartphone. (Tawakkalna application upon arrival).
- قم بإعداد قائمة بالأشخاص الذين تتوقع أن تكون على اتصال وثيق بهم أثناء إقامتك.
- Make a list of people you expect to be in close contact with you during your stay.
- تأكيد جميع الوثائق ذات الصلة: جواز السفر، التأشيرة، التأمين، نتائج اختبار كورونا (COVID-19) (PCR).
- **Confirm all relevant documents: passport, visa, insurance, COVID-19 test results (PCR).**
- يجب على جميع القادمين التسجيل في الرابط الخاص بالتحصين واختيار زائر محصن أو حسب ما ترونه مناسباً لوضع المشاركين في البطولة مع العلم بأن احضار الشهادات الخاصة بتحصين يعتبر ضرورياً ولكنه لا يغني عن أهمية التسجيل حتى يتم ارسال البيانات والتسجيل في توكلنا عند الوصول.
- <https://muqem.sa/#/vaccine-registration/home>
- **All arrivals must register in the link for immunization and choose a vaccinated visitor or as you see fit to the participants' position in the championship, knowing that bringing certificates of immunization is necessary, but it does not replace the importance of registration until the data and registration are sent in Tawakkalna upon arrival.**
- <https://muqem.sa/#/vaccine-registration/home>
- قم بإجراء اختبار كورونا (COVID-19) (PCR) (مدة لا تزيد عن ٧٢ ساعة من وقت الوصول).
- Make a COVID-19 (PCR) test (no longer than 72 hours from the time of arrival).
- المستندات الاصلية + الترجمة الرسمية (نسخة لتحتفظ بها معك وتسليمها عند الوصول) .
- Original documents + official translation (copy to keep with you and hand over upon arrival.)
- يمكن تقديم المستندات إما في شكل مطبوع أو بي دي اف (PDF)، باللغة الإنجليزية ويصدرها معمل الاختبار.
- Documents can be submitted either in hardcopy or PDF format, in English and issued by the test lab.
- يتم قبول الترجمات الرسمية إلى اللغة الإنجليزية ولكن يجب أن تكون موقعة ومختومة من مكتب الترجمة ولا تقبل ترجمة الهواة/ الترجمة الشخصية.
- Official translations into English are accepted but must be signed and stamped by the translation office and no amateur/personal translation is accepted.

• اي شخص يخفق في تقديم المستندات لا يمكنه الدخول إلى المملكة العربية السعودية والمشاركة في المنافسة.

• Anyone who fails to submit documents cannot enter the Kingdom of Saudi Arabia and participate in the competition.

• يجب على كل شخص له علاقة بالبطولة سواء لاعب أو مدرب، أو اداري أو عضو لجنة فنية أو حكم أو من اللجنة المنظمة أو إعلامي قراءة واتباع التوجيهات الصادرة من هيئة الصحة العامة في المملكة العربية السعودية وذلك بخصوص إرشادات وتوجيهات الدخول للقادمين من خارج المملكة العربية السعودية خلال جائحة كورونا وذلك عن طريق الرابط الخاص بهيئة الصحة العامة.



<https://covid19.cdc.gov.sa>

• Every person related to the championship, whether an athlete, coach, administrator, member of a technical committee, referee, member of organizing committee or media person, must read and follow the directions issued by the Public Health Authority in the Kingdom of Saudi Arabia regarding entry instructions and directions for those coming from outside the Kingdom of Saudi Arabia during Corona pandemic, through the link of the Public Health Authority.



<https://covid19.cdc.gov.sa>

Vaccines approved for immunization considerations in the Kingdom

يجب على كل شخص مقيم أو مواطن وله علاقة بالبطولة سواء لاعب أو اداري أو عضو لجنة فنية أو حكم أو من اللجنة المنظمة أو إعلامي أن يكون مكتمل التحصين ضد فايروس كورونا (COVID-19) حسب الحالة في تطبيق توكلنا باللقاحات المعتمدة في المملكة العربية السعودية وهي كالتالي:

Every resident or citizen who has a relationship with the championship, whether an athlete, administrator, member of the technical committee, referee, member of the organizing committee or media, must be fully immunized against Corona Virus (COVID-19), according to the case in the application of Tawakkalna with vaccines approved in the Kingdom of Saudi Arabia, which is as follows:

عدد الجرعات Number of doses	اسم اللقاح Vaccine name	م
جرعة واحدة One Dose	جونسون اند جونسون Johnson & Johnson	١
جرعتان Two Doses	فايزر بيونتك Pfizer Biontech	٢
جرعتان Two Doses	استرا زينيكا AstraZeneca	٣
جرعتان Two Doses	مودرنا Moderna	٤
جرعتين من لقاح ساينوفارم، بالإضافة الى جرعة منشطة من أحد اللقاحات المعتمدة داخل المملكة العربية السعودية.	لقاح ساينوفارم Sinopharm Vaccine	٥
جرعتين من لقاح ساينوفاك، بالإضافة الى جرعة منشطة من أحد اللقاحات المعتمدة داخل المملكة العربية السعودية.	لقاح ساينوفاك Sinovac vaccine	٦

ويشترط لشهادات اللقاح أن يتم تصديقها من الجهات الصحية الرسمية في بلاد المسافرين القادمين، وقد يتم تدقيق شهادات اللقاح في منافذ الدخول إلى المملكة. كما يطلب من جميع المسافرين القادمين حمل شهادات اللقاح بصحبتهم في جميع الأوقات أثناء تواجدهم في المملكة (أو إثبات الحالة الصحية بواسطة التطبيقات والبرامج المعتمدة بالمملكة).

Vaccination certificates are required to be attested by the official health authorities in the countries of the arriving travelers, vaccine certificates may be checked at entry points into the Kingdom. All incoming travelers are also required to carry vaccination certificates with them at all times while they are in the Kingdom (or to prove their health status by using approved applications and programs in the Kingdom).

إن عدم الالتزام بهذه الاشتراطات يجعل المسافر عرضة لتبعات قانونية بالإضافة إلى المنع من الدخول إلى المملكة

Failure to comply with these requirements makes the traveler subject to legal consequences in addition to being prevented from entering the Kingdom



٢) الوصول: Arrival:



- تقديم شهادة اختبار فحص كورونا (PCR) وتكون النتيجة سلبية بحد أقصى (٧٢ ساعة) قبل الوصول.
- Submit a Corona Virus Test Certificate (PCR) with a negative result maximum (72 hours) before arrival.
- يجب أن يتم اجراء فحص لجميع المشاركين حين وصولهم إلى مطار الملك خالد الدولي بالرياض .
- All participants must be tested for the Corona virus upon their arrival at King Khalid International Airport in Riyadh.

٣) السكن والإقامة : Accommodation :



- يجب إقامة جميع من له علاقة بالبطولة داخل فندق الإقامة الخاص باللاعبين أو اللجنة الفنية وينصح بعدم الخروج أو الذهاب إلى أي مكان الا بعد انتهاء البطولة إذا لم يوجد أي سبب مهم.
- All those involved in the championship must stay inside the accommodation hotel of the athletes or the technical committee, and it is advised not to go out or go anywhere until after the championship ends if there is no important reason.
- توفير عيادة طبية مجهزة بطاقم طبي من وزارة الصحة داخل كل فندق من فنادق الإقامة.
- Providing a medical clinic equipped with a medical crew from the Ministry of Health within each accommodation hotel.
- توفير كمادات طبية لجميع المشاركين في البطولة.
- Providing medical masks to all participants in the championship.
- يفضل عدم خروج أي شخص من أعضاء الوفد سواء (لاعبين-مدربين-اداريين-رئيس وفد-عضو لجنة فنية-حكم) خارج الصالة أو الفندق الا للضرورة ووفق الاشتراطات الصحية.
- It is preferable that no one of the delegation members, whether (athletes - coaches - administrators - head of delegation - member of a technical committee - referee) go outside the hall or hotel except for necessity and according to health requirements.
- منع الزيارات من الخارج تماماً حفاظاً على صحة اللاعبين وكافة الوفود المشاركة.
- Banning visits from abroad completely in order to protect the health of the athletes and all participating delegations.
- الحرص على عدم التجمع في فنادق الإقامة لتجنب حدوث أي إصابات لا سمح الله.
- Be careful not to gather in residence hotels to avoid any infections, God forbid.
- توفير المطهرات والمعقمات الطبية في جميع أماكن فنادق الإقامة والصالات.
- Providing medical disinfectants and sterilizers in all accommodation hotels and halls.

- في حالة الاشتباه بإصابة أي شخص من أفراد الوفود المشاركين أو اللجنة الفنية والحكام فإنه يتم عزله في فندق اخر احتياطي مع اجراء مسحة له PCR للتأكد من الإصابة أو عدمها.
- In case that any member of the participating delegations or the technical committee and referees is suspected of being infected, he will be isolated in another hotel and make PCR test for him to confirm whether or not he is infected.
- يجب ان يكون هناك شخص مسؤول في كل فندق للتواصل معه وتلقي الملاحظات والمشاكل ومحاولة وضع الحلول في أي وقت خلال اليوم.
- There should be a responsible person in each hotel to communicate with him and receive remarks and problems and try to find solutions at any time during the day.

٤) المطعم : The restaurant

- يجب تطبيق التباعد بين الفرق المختلفة وطاولات الطعام.
- Social distance should be applied between different teams and dining tables.
- يتم وضع الطعام للوفود عن طريق شخص من الفندق يرتدي كامامة وقفاز وتوفير ملاعق وشوك وسكاكين بلاستيكية قابلة للاستخدام الواحد فقط.
- Food is placed for delegates by a person from the hotel wearing a mask and gloves, and disposable plastic spoons, forks and knives are provided only.
- تكون المياه في عبوات مغلقة وليس أكواب أو كاسات.
- Water should be in closed containers (bottles), not cups or glasses
- الالتزام بالمواعيد والأوقات لكل مجموعته للحضور إلى صالات الطعام.
- Adhere to the dates and times for each group to come to the dining halls.





- الانتظار في منطقة معينة.
- Waiting in a certain area.
- يتم إجراء اختبار درجة الحرارة.
- Performing the temperature measurement.
- نظام دخول منظم للحافلة، والجلوس في المنطقة المخصصة للفريق.
- Organized entry system for buses and sitting in the specified area for the team.
- الوصول إلى الموقع (حافظ على تواجدك ضمن مجموعة الفريق).
- Access to the site (keep your presence in the team group).
- توفير وقتاً إضافياً نظراً لاختبار درجة الحرارة والتعقيم.
- Allow additional time due to temperature measurement and sterilization.
- المغادرة (البقاء في منطقة الانتظار المحددة مع الفريق).
- Departure (stay in the designated waiting area with the team).
- الوصول إلى الفندق (السماح لقياس درجة الحرارة).
- Arrival to the hotel (allowing for temperature measurement).
- تطبيق التباعد الاجتماعي في الحافلات بمسافة مقعد واحد بين المقاعد وخفض عدد الركاب إلى أقل عدد.
- Applying social distancing on buses with one seat space between seats and reducing the number of passengers to the lowest number.
- توفير سيارات للجنة الفنية والحكام بحيث يكون كل شخصين في سيارة واحدة أو كل (٤ اشخاص) في سيارة فان.
- Providing cars for the technical committee and referees so that every two people are in one car or all (4 people) are in a van.
- توفير فرد من مراقبي التباعد قبل مغادرة اي حافلة من حافلات الفرق المشاركة وكذلك اللجنة الفنية والحكام.
- Provide a person for monitoring the social distancing before departure of any bus of the participating teams, as well as the technical committee and referees.
- تعقيم وتنظيف الباصات بعد كل رحلة.
- Disinfection and cleaning of buses after each trip.
- توفير مطهرات ومعقمات طبية داخل جميع الحافلات.
- Providing disinfectants and medical sterilizers inside all buses.



- المدربين واللاعبين الغير مدرجين ضمن منافسه الفترة ذاتها يمنع تواجدهم في ساحة اقامة البطولة.
- Coaches and Athletes who are not included in the competition for the same period are prohibited from being in the championship arena.
- يجب على من يتواجد في ساحة البطولة من غير اللاعبين أن يرتدي الكمامة طوال الوقت سواء أكان من طاقم التحكيم أم الجهاز الفني أو الطبي أو الإداري.
- Those of non-athletes who must be in the championship arena must wear a mask all the time, whether they are from the refereeing crew or the technical staff , medical or administrative staff.
- المدرب والطبيب هما الوحيدين المخولين لتواجدهم مع اللاعب بالقرب من منصة المنافسات.
- Only the coach and the doctor are authorized to be with the athlete near the competition stage.
- تعقيم مكان جلوس الحكام بعد انتهاء كل فترة منافسة ومغادرة الجميع ساحة البطولة وقبل حضور الحكام واللاعبين المنافسين للفترة التي تليها مباشرة.
- Sterilization of the referees' seat after the end of each competition period and leaving of every one the tournament arena and before the referees and competing athletes attend for the period immediately following it.
- التباعد الاجتماعي في المدرجات بحيث يكون مقعد متاح والأخر غير متاح (للمنظمين والعاملين بالبطولة).
- Social distancing in the stands so that one seat is available and the other is not available (for organizers and championship workers).
- توفير افراد امن وصحة داخل الصالة بحيث لا يسمح بدخول أي شخص إلى الصالة الا من سيتم تحديدهم من اللجنة المنظمة للبطولة.
- Providing security and health personnel inside the hall so that no one is allowed to enter the hall except those who will be identified by the organizing committee of the championship.
- مراعاة التباعد الاجتماعي في المنصة الرئيسية للصالة.
- Applying social distancing on the main platform of the hall.
- توفير عيادة طبية مجهزة مع طاقم طبي كامل في صالة التدريب والمنافسات.
- Providing an equipped medical clinic with a full medical staff in the training and competition hall.
- تعقيم مقاعد الحكام بالصالة قبل بداية كل منافسة خلال اليوم.
- Sterilizing the referees' seats in the hall before the start of each competition during the day.
- تعقيم جميع غرف تبديل الملابس والمنصة الرئيسية بعد كل منافسة وبشكل دوري.
- Sanitize all locker rooms and the main stage after each competition and periodically.
- توفير معقمات في جميع أنحاء الصالة.
- Providing sterilizers throughout the hall.
- تخصيص أماكن للإعلاميين والنقل التلفزيوني مع ضرورة التقيد بالتباعد الاجتماعي.
- Allocating places for media professionals and television broadcasts with the necessity of adhering to social distancing.



٧) Entry and Exit Regulations: لوائح الدخول والخروج :



- تجنب الازدحام عند الدخول والخروج من الصالة الرياضية.
- Avoid crowding when entering and exiting the gym.
- يجب تحديد جدول وصول أصحاب العلاقة. (ويوصى بأن يكون هناك مدخل وخروج في اتجاه واحد).
- Stakeholder arrival schedule must be specified. (It is recommended to have a one-way entrance and exit).
- يجب تنفيذ إجراء فحص درجة الحرارة عند مدخل الصالة وقاعة التدريب، (ويتعين على موظفي الأمن فحص درجة الحرارة وارتداء الأقنعة والقفازات واستخدام مطهرات اليد عند المدخل ومنطقة الخروج).
- The temperature check procedure must be carried out at the entrance to the hall and the training hall, (Security personnel must check the temperature, wear masks and gloves, and use hand sanitizers at the entrance and exit area).

٨) غرف تغيير الملابس وغرف استراحة اللاعبين :



9) Changing rooms and athletes' break rooms:

- يجب على اللاعبين الاستحمام في غرفهم بالفندق، إن أمكن.
- Athletes should shower in their hotel rooms, if possible.
- يجب على الفرق إحضار المناشف والأغراض الشخصية الخاصة بهم.
- Teams must bring their own towels and personal items.
- يجب على الموظفين في صالة التدريب والمنافسات التأكد من أن غرف تغيير الملابس وغرف العلاج الطبي والمراحيض يتم تنظيفها وتعقيمها تمامًا بعد كل جلسة تدريب وبعد كل فترة منافسة.
- Staff in the competition and training hall must ensure that changing rooms, medical treatment rooms and restrooms are thoroughly cleaned and sanitized after each training session and after each competition period.
- يجب تنظيف وتعقيم مقابض الأبواب والكراسي والطاولات والأرضيات بانتظام.
- Door handles, chairs, tables and floors should be cleaned and sanitized regularly.
- تحتاج غرف التغيير إلى التهوية بانتظام، وتحتاج إلى صناديق قمامة بغطاء لا يتطلب فتحها استخدام اليد.
- Changing rooms need to be ventilated regularly, and need trash cans with cover that open with foot pedal without using hands





- تقسم ساحة الصالة الرياضية إلى عدة مناطق مختلفة، مع تخصيص وقت لكل منطقة ولكل فريق من أصحاب العلاقة الذين يحضرون إلى الصالة الرياضية ولا يجوز تبديل المناطق ويجب تطبيق التباعد الاجتماعي.
- The sport hall is divided into several different areas, with time allocated for each area and for each team of stakeholders who attend the gym. It is not permissible to switch areas and social distancing must be applied.
- تحدد اللجنة الطبية الحد الأقصى لعدد الأشخاص المسموح لهم بالتواجد داخل كل منطقة في نفس الوقت.
- The medical committee determines the maximum number of people allowed to be inside each area at the same time.



١٠) القواعد الأساسية للوقاية من العدوى لتقليل مخاطر الإصابة:

Basic rules of infection prevention to reduce the risk of infection:

- غسل اليدين بالماء والصابون **ضروري ومدة (٤٠ ثانية) على الأقل** للوقاية من الأمراض المعدية.
- Washing hands with soap and water is necessary for at least (40 seconds) to prevent infectious diseases.
- الحرص على التهوية الجيدة.
- Ensure good ventilation.
- تجنب لمس اغراض الآخرين والأسطح الأخرى.
- Avoid touching other people's items and other surfaces.
- استخدم أغراضك الشخصية.
- Use your personal items.
- حافظ على التباعد الجسدي.
- Keep physical distancing.
- تجنب المصافحة والمعانقة والتقبيل.
- Avoid shaking hands, hugging and kissing.
- تجنب التجمعات الجماهيرية والازدحام.
- Avoid mass gatherings and crowding.

الابلاغ عن أي أعراض. يجب على أي شخص يثبت إيجابية نتائجه بعد الاختبار أو اكتشاف أي من الاعراض أدناه أن يبقى في غرفته وإبلاغ مسؤول كورونا (COVID-19) بالوفد ، يجب على مسؤولي كورونا (COVID-19) بالفرق إبلاغ مسؤول كورونا (COVID-19) باللجنة المنظمة المحلية أو الاتحاد الدولي للتايكوندو أو الطاقم الطبي بالاتحاد الدولي للتايكوندو. سيؤدي عدم الابلاغ عن الاعراض إلى اتخاذ إجراء تأديبي.

Any symptoms must be reported, anyone with positive result after testing or detects any of the symptoms below must stay in their room and report to responsible for COVID-19 in the delegation, the responsible for COVID-19 in teams must report to the Local Organizing Committee or the World Taekwondo or the medical staff of the World Taekwondo. Failure to report symptoms will result in disciplinary action.

Corona (COVID-19) symptoms

أعراض كورونا (COVID-19)

الأعراض الخطيرة Serious symptoms
صعوبة في التنفس أو ضيق في التنفس Difficulty breathing or shortness of breath
ألم في الصدر أو ضغط Chest pain or pressure
فقدان الكلام أو الحركة Loss of speech or movement

الأعراض الأقل شيوعاً Less common symptoms
الأوجاع والألم Aches and pain
التهاب الحلق Throat Sore
الإسهال Diarrhea
التهاب الملتحمة Conjunctivitis
الصداع Headache
فقدان حاسة التذوق أو الشم Loss of sense of taste or smell
ظهور طفح جلدي على الجلد The appearance of a rash on the skin
تغير لون أصابع اليدين أو القدمين Change in the color of the fingers or toes

الأعراض الأكثر شيوعاً Most common symptoms
ارتفاع درجة الحرارة إلى (37,5 درجة مئوية) أو أعلى. Fever (37.5°C) or higher.
السعال الجاف dry cough
التعب Tiredness
الاجهاد Fatigue
فقدان حاسة التذوق Loss of sense of taste
فقدان حاسة الشم Loss of sense of smell



١١) قواعد العزل والحجر الصحي (يتم اتباع الدليل الشامل للتعامل مع كوفيد-١٩ في المملكة والصادر من وزارة الصحة ووقاية :

Isolation and quarantine rules (comprehensive guide to dealing with COVID-19 in the Kingdom issued by the Ministry of Health and Prevention:

- يجب أن يخضع أي شخص تظهر نتائج اختبارها ايجابية في أي وقت للعزل الصحي في غرفة عزل مخصصة.
- Anyone who has tested positive at any time should be quarantined in a designated isolation room.
- بعد مرور عشرة أيام يمكن للأشخاص مغادرة العزل الطبي فقط إذا كانوا خاليين من الأعراض ولا يشترط إعادة الفحص لإنهاء مدة العزل.
- After ten days, people can leave the medical isolation only if they are free of symptoms, and a re-examination is not required to end the isolation period.
- بالنسبة للمخالطين الغير محصنين إذا كانوا على اتصال وثيق بالشخص الذي ثبتت نتيجة اختبارها إيجابيا فإنه يتحمل الوفد المصاريف المباشرة والمتعلقة بالحجر الصحي و فصله ومراقبته بواسطة مسؤول اللجنة المنظمة المحلية.
- For non-immunized contacts, if they are in close contact with the person whose test result has been positive, the delegation bears the direct expenses related to quarantine, his/her monitoring by the local organizing committee official.
- بعد مرور ٧ أيام من الحجر الصحي يمكن للمخالط إنهاء الحجر بشرط وجود نتيجة سلبية وخلوه من الأعراض.
- After 7 days of quarantine, contacts can end the quarantine provided that they have a negative result and are free of symptoms.
- لن يسمح باستقبال الضيوف إلا إذا كانوا من مكتملي التحصين. سيعمل موظفو الفندق بما يتماشى مع إجراءات التدابير الصحية في الفندق.
- Guests will not be allowed to be received unless they are fully immunized. Hotel staff will work in line with the hotel's health measures procedures.
- المحافظة على التباعد بمسافة (متر ونصف).
- Keep social distancing of one and a half meters.
- تطهير كل المواد بعد كل وفد.
- Disinfect all materials after each delegation.
- تقديم وثائق التأمين الشخصية الخاصة بك.
- Submit your personal insurance documents.
- أبلغ اللجنة المنظمة المحلية إذا كانت هناك حاجة لإجراء اختبار (PCR) قبل مغادرتك.
- Notify the Local Organizing Committee if a PCR test is needed before your departure.

<https://covid19.cdc.gov.sa/professionals-health-workers/covid-19-coronavirus-disease-guidelines-en>

General advices:

(٢١) نصائح عامة :



- تناول طعامًا صحيًا، والنوم الكافي وممارسة الرياضة للتمتع بصحة جيدة.
- Eat healthy food, get enough sleep and exercise to stay healthy.
- اتبع الإجراءات الوقائية الأساسية لكورونا (COVID-19) لحماية صحتك وصحة الآخرين.
- Follow the basic precautions for COVID-19 to protect your health and the health of others.