

Office Health and Safety.

الصحة و السلامة في المكتب في العمل

Module One: Review Questions

مراجعة الوحدة الأولى

1.) Which of these is NOT mentioned as a virus that can cause the common cold?

1. أي من هذه لم يذكر كفيروس يمكن أن يسبب نزلات البرد؟

- a) Astrovirus
- b) Rhinovirus
- c) Respiratory syncytial virus
- d) Adenovirus

- أ) الفيروس الفلكي
- ب) فيروس وحيد القرن
- ج) فيروس التزامن التنفسي
- د) فيروس أدينو

2.) How long does the common cold usually last?

2. كم من الوقت يستمر نزلات البرد عادة؟

- a) 5 to 7 days
- b) 1 to 2 weeks
- c) 2 to 3 weeks
- d) 1 month

- أ) من 5 إلى 7 أيام
- ب) إلى 2 أسابيع
- ج) 2 إلى 3 أسابيع
- د) شهر واحد



3.) Cold sores are typically caused by:

3. عادة ما تحدث القروح الباردة بسبب:

- a) HSV-4
- b) HSV-3
- c) HSV-2
- d) HSV-1

- أ) HSV-4
- ب) HSV-3
- ج) HSV-2
- د) HSV-1

4.) What is another name for cold sores?

4. ما هو اسم آخر للقروح الباردة؟

- a) Canker sores
- b) Thrush
- c) Fever blisters
- d) Leukoplakia

- أ) تقرحات كانكر
- ب) القلاع
- ج) بثور الحمى
- د) ليوكوبلاكيا

5.) Cold sores usually last how long?

- a) 3 to 5 days
- b) 5 to 7 days
- c) 7 to 10 days
- d) 10 to 14 days

5.) القروح الباردة عادة ما تستمر كم من الوقت؟

- أ) من 3 إلى 5 أيام
- ب) من 5 إلى 7 أيام
- ج) من 7 إلى 10 أيام
- د) من 10 إلى 14 يوما

6.) Influenza is caused by which of the following?

- a) Bacteria
- b) Fungus
- c) Virus
- d) Bacteria, fungus, or virus

6.) يحدث الأنفلونزا بسبب أي مما يلي؟

- أ) بكتيريا
- ب) فُطر
- ج) فيروس
- د) البكتيريا أو الفطريات أو الفيروسات

7.) Complications from the flu can affect anyone, but they are least likely to occur in:

- a) A 3-year-old child
- b) A 40-year-old man
- c) A pregnant woman
- d) A man with a weakened immune system

7.) يمكن أن تؤثر مضاعفات الإنفلونزا على أي شخص، ولكنها أقل عرضة للحدوث في:

- أ) طفل في الثالثة من عمره
- ب) رجل يبلغ من العمر 40 عاما
- ج) امرأة حامل
- د) رجل لديه ضعف في جهاز المناعة

8.) What does pneumonia attack?

- a) One lung
- b) Both lungs
- c) Both lungs and the stomach
- d) One or both lungs

8.) ماذا يهاجم الالتهاب الرئوي؟

- أ) رئة واحدة
- ب) كلا الرئتين
- ج) كل من الرئتين والمعدة
- د) رئة واحدة أو كلاهما

9.) Pneumonia can be caused by what?

- a) Virus or bacteria
- b) Bacteria or fungus
- c) Virus, bacteria, or fungus
- d) Fungus or virus

9.) يمكن أن يكون سبب الالتهاب الرئوي من قبل ماذا؟

- أ) فيروس أو بكتيريا
- ب) البكتيريا أو الفطريات
- ج) فيروس أو بكتيريا أو فطر
- د) الفطريات أو الفيروسات

10.) Bob has pneumonia caused by a fungus. Which of the following is true?

- a) He is not contagious
- b) He is only contagious if he kisses someone
- c) He is contagious for the first two days, then becomes non-contagious
- d) He is not contagious for the first two days, then becomes contagious

10.) بوب لديه التهاب رئوي بسبب الفطريات. أي مما يلي صحيح؟

- أ) إنه ليس معديا
- ب) إنه معدى فقط إذا قبل شخصا ما
- ج) وهو معدى لأول يومين ، ثم يصبح غير معد
- د) انه ليس معديا في اليومين الأولين , ثم يصبح معديا

Module Two: Review Questions

مراجعة الوحدة الثانية

1.) Conjunctivitis is the medical term for what illness?

- a) Stomach flu
- b) Strep throat
- c) Stomach bug
- d) Pink eye

1.) التهاب الملتحمة هو المصطلح الطبي لأي مرض؟

- أ) إنفلونزا المعدة
- ب) التهاب الحلق العقدي
- ج) علة المعدة
- د) العين الوردية

2.) According to the lesson, what's the longest that conjunctivitis typically lasts?

- a) Three days
- b) Five days
- c) Two weeks
- d) Three weeks

2.) وفقا للدرس، ما هي أطول فترة يستمر بها التهاب الملتحمة عادة؟

- أ) ثلاث أيام
- ب) خمسة أيام
- ج) أسبوعان
- د) ثلاثة أسابيع

3.) As per the lesson, "Sore Throat", a ___ causes a sore throat.

- a) Virus
- b) Fungus
- c) Parasite
- d) Bacteria

3.) وفقا للدرس، "التهاب الحلق"، و ___ يسبب التهاب الحلق.

- أ) فيروس
- ب) فُطر
- ج) طفيل
- د) بكتيريا

4.) Which of these adjectives was NOT used in the lesson to describe how a sore throat feels?

- a) Scratchy
- b) Tingly
- c) Uncomfortable
- d) Painful

4.) أي من هذه الصفات لم يستخدم في الدرس لوصف كيف يشعر التهاب الحلق؟

- أ) مشخبط
- ب) الوخز
- ج) غير مريح

(د) مؤلم

5.) What causes strep throat?

- a) Parasite
- b) Fungus
- c) Bacteria
- d) Virus

5.) ما الذي يسبب التهاب الحلق العقدي؟

- (أ) طفيل
- (ب) فُطر
- (ج) بكتيريا
- (د) فيروس

6.) Strep throat affects people in what age group?

- a) 20 – 30 years old
- b) 30 – 40 years old
- c) 40 – 50 years old
- d) All age groups

6.) التهاب الحلق العقدي يؤثر على الناس في أي فئة عمرية؟

- (أ) 20 – 30 سنة
- (ب) 30 – 40 سنة
- (ج) 40 – 50 سنة
- (د) جميع الفئات العمرية

7.) What is another name for norovirus?

- a) Strep throat
- b) Stomach bug
- c) Pink eye
- d) Stomach flu

7.) ما هو الاسم الآخر للنوروفيروس؟

- (أ) التهاب الحلق
- (ب) علة في المعدة
- (ج) العين الوردية
- (د) انفلونزا المعدة

8.) Symptoms of norovirus typically last ____ to ____ days.

- a) 4;6
- b) 3;5
- c) 2;4
- d) 1;3

8.) عادة ما تستمر أعراض نوروفيروس من ____ إلى ____ يومًا.

- (أ) 4 ؛ 6
- (ب) 3 ؛ 5
- (ج) 2 ؛ 4
- (د) 1 ؛ 3

- 9.) With gastroenteritis, what happens to the lining of the intestines?
- It becomes inflamed
 - It turns black in color
 - It perforates
 - It turns green in color

9.) مع التهاب المعدة والأمعاء ، ماذا يحدث لبطانة الأمعاء؟

- يلتهب
- يتحول إلى اللون الأسود
- يثقب
- يتحول إلى اللون الأخضر

- 10.) What is the incubation period of gastroenteritis?
- 1 month
 - 10 to 14 days
 - 1 to 3 days
 - 12 hours

10.) ما هي فترة حضانة التهاب المعدة والأمعاء؟

- شهر واحد
- من 10 إلى 14 يومًا
- من يوم إلى ثلاثة أيام
- 12 ساعة

Module Three: Review Questions

مراجعة الوحدة الثالثة

- 1.) What is NOT an example of how a cold can spread?
- When a person sneezes
 - When a person has a blood transfusion
 - When a person coughs
 - When a person blows their nose

- 1.) ما هو ليس مثالا على كيفية انتشار البرد؟
- عندما يعطس شخص
 - عندما يكون الشخص قد نقل الدم
 - عندما يسعل الشخص
 - عندما يفجر شخص أنفه

- 2.) Which of these is NOT a common symptom of a cold?
- Runny nose
 - Minor body ache
 - Ear infection
 - Sore throat

- 2.) أي من هذه ليست أعراض شائعة من البرد؟
- رشح الأنف
 - ألم بسيط في الجسم
 - عدوى الأذن
 - التهاب الحلق



- 3.) Of the following, which is NOT a complication of a cold?
- Croup
 - Low-grade fever
 - Sinusitis
 - Asthma

- 3.) من بين ما يلي ، وهو ليس من مضاعفات البرد؟
- خناق
 - حمى منخفضة الدرجة
 - التهاب الجيوب الانفية
 - ربو

- 4.) Which of these is specific to a person who has a cold sore for the first time?
- Tingling lips
 - Oozing blisters
 - Crusting blisters
 - Muscle aches

- 4.) أي من هذه خاصة بشخص يعاني من قرحة برد لأول مرة؟
- وخز الشفاه
 - بثور ناز
 - تقشر البثور

(د) آلام العضلات

5.) Of the following, which is a complication of a cold sore where it spreads to the eyes?

- a) Herpetic keratoconjunctivitis
- b) Herpes whitlow
- c) Dehydration
- d) Herpes labialis

(.5) مما يلي ، وهو تعقيد قرحة باردة حيث ينتشر إلى العينين؟

- (أ) التهاب القرنية المخروطية الفتق
- (ب) الهربس ويتلو
- (ج) تجفاف
- (د) الهربس labialis

6.) What is a complication of a cold sore where it spreads to the fingers?

- a) Herpes labialis
- b) Dehydration
- c) Herpetic keratoconjunctivitis
- d) Herpes whitlow

(.6) ما هي مضاعفات قرحة البرد حيث ينتشر إلى الأصابع؟

- (أ) الهربس labialis
- (ب) تجفاف
- (ج) التهاب القرنية المخروطية الفتق
- (د) الهربس ويتلو



7.) Which of these is NOT listed in the "Treatment" lesson as an essential oil aid for cold sores?

- a) Lemon balm
- b) Lavender
- c) Tea tree
- d) Peppermint

(.7) أي من هذه ليست مدرجة في درس "العلاج" كمساعدة زيت أساسي للقروح الباردة؟

- (أ) بلسم الليمون
- (ب) اللافندر
- (ج) شجرة الشاي
- (د) النعناع

8.) Which of the following is listed in the "Treatment" lesson as an essential oil aid for cold sores?

- a) Thyme
- b) Oregano
- c) Anise
- d) Ginger

8.) أي مما يلي مدرج في درس "العلاج" كمساعدة زيتية أساسية للقروح الباردة؟

- أ) زعتر
- ب) توابل
- ج) ينسون
- د) زنجبيل

9.) Which of these is NOT mentioned in the "Prevention" lesson for a cold?

- a) Reduce stress
- b) Clean surfaces with alcohol-based wipes
- c) Don't bite your nails
- d) Exercise regularly

9.) أي من هذه لم يرد ذكره في درس "الوقاية" للبرد؟

- أ) تقليل التوتر
- ب) تنظيف الأسطح مع مناديل تعتمد على الكحول
- ج) لا تعض أظفارك
- د) ممارسة الرياضة بانتظام

10.) Of the following, which is not mentioned in the "Prevention" lesson for a cold?

- a) Get Vitamin D
- b) Eat balanced diet
- c) Wash hands throughout the day
- d) Get enough sleep

10.) من بين ما يلي، أي درس لم يرد ذكره في درس "الوقاية" للبرد؟

- أ) الحصول على فيتامين (د)
- ب) تناول نظاما غذائيا متوازنا
- ج) غسل اليدين على مدار اليوم
- د) الحصول على قسط كاف من النوم

Module Four: Review Questions

مراجعة الوحدة الرابعة

1.) How far can flu droplets travel?

- a) Up to two feet
- b) Up to four feet
- c) Up to six feet
- d) Up to eight feet

1.) إلى أي مدى يمكن أن تنتقل قطرات الإنفلونزا؟

- أ) حتى قدمين
- ب) حتى أربعة أقدام
- ج) حتى ستة أقدام
- د) حتى ثمانية أقدام

2.) Generally speaking, when is a person most contagious?

- a) 1-2 days after symptoms have begun.
- b) 3-4 days after symptoms have begun.
- c) 5-6 days after symptoms have begun.
- d) 7-8 days after symptoms have begun.

2.) بشكل عام، متى يكون الشخص أكثر عدوى؟

- أ) 1-2 أيام بعد بدء الأعراض
- ب) 3-4 أيام بعد بدء الأعراض
- ج) 5-6 أيام بعد بدء الأعراض
- د) 7-8 أيام بعد بدء الأعراض

3.) Of the following, which is NOT mentioned in the "Symptoms" lesson?

- a) Chest pressure
- b) Swollen lymph nodes
- c) Dry cough
- d) Vomiting

3.) من التالي، الذي لم يرد ذكره في الدرس "الأعراض"؟

- أ) ضغط الصدر
- ب) تورم الغدد الليمفاوية
- ج) سعال جاف
- د) القيء

4.) Which of these was NOT mentioned in the "Symptoms" lesson?

- a) Headache
- b) Fatigue
- c) Wet cough
- d) Diarrhea

4.) أي من هذه لم يذكر في "الأعراض" الدرس؟

- أ) صداع
- ب) جهد
- ج) السعال الرطب
- د) إسهال

5.) Which of these is the MOST effective treatment of the flu?

- a) Antiviral drug
- b) Antibiotic drug
- c) Antifungal drug
- d) None of the above

5.) أي من هذه هي العلاج الأكثر فعالية للإنفلونزا؟

- أ) عقار مضاد للفيروسات
- ب) دواء مضاد حيوي
- ج) دواء مضاد للفطريات
- د) لا شيء مما سبق

6.) What type of fluid is the LEAST helpful in overcoming the flu?

- a) Broth
- b) Sports drinks
- c) Soft drinks
- d) Coconut water

6.) ما هو نوع السائل الأقل فائدة في التغلب على الإنفلونزا؟

- أ) مرق
- ب) المشروبات الرياضية
- ج) المشروبات الغازية
- د) ماء جوز الهند

7.) The flu is the only virus where a(n) _____ is offered.

- a) Cure
- b) Immunization
- c) Medication
- d) Vaccination

7.) الانفلونزا هو الفيروس الوحيد الذي يتم فيه تقديم (ن) _____



- أ) شفاء
- ب) تحصين
- ج) دواء
- د) تلقيح

8.) Which of these is NOT mentioned as a risk of getting the flu shot?

- a) Contracting a cold
- b) Soreness
- c) Contracting the flu
- d) Redness

8.) أي من هذه لم يذكر على أنه خطر الحصول على حقنة

- الإنفلونزا؟
- أ) الإصابة بالبرد
- ب) وجع
- ج) الإصابة بالإنفلونزا
- د) الاحمرار

9.)The flu shot can lower which of the following issues in pregnant women?

- a) Acute respiratory infection
- b) Sinus infection
- c) Allergies
- d) All possible pregnancy complications

9.) يمكن لاطلاق النار الانفلونزا خفض أي من القضايا التالية

في النساء الحوامل؟

- أ) عدوى الجهاز التنفسي الحادة
- ب) عدوى الجيوب الأنفية
- ج) حساسية
- د) جميع مضاعفات الحمل المحتملة

10.) How long should you be fever-free before returning back to work?

- a) 12 hours
- b) 24 hours
- c) 2 days
- d) 1 week

10.) كم من الوقت يجب أن تكون خاليا من الحمى قبل العودة إلى العمل؟

- أ) 12 ساعة
- ب) 24 ساعة
- ج) يومين
- د) أسبوع واحد

Module Five: Review Questions

مراجعة الوحدة الخامسة

1.) Which of the following is true if one lung of an individual is infected with pneumonia?

- a) The other lung can become infected
- b) Once the infection clears, they can never get pneumonia again
- c) If they get pneumonia again, it will always be in the lung that was previously infected
- d) It will completely clear in five days

1.) أي مما يلي صحيح إذا كانت رئة واحدة للفرد مصابة بالالتهاب الرئوي؟

- أ) الرئة الأخرى يمكن أن تصاب بالعدوى
- ب) بمجرد أن تطهر العدوى، لا يمكنهم أبدا الحصول على الالتهاب الرئوي مرة أخرى
- ج) إذا أصيبوا بالالتهاب الرئوي مرة أخرى ، سيكون دائما في الرئة التي كانت مصابة سابقا
- د) سوف ينجلي تماما في خمسة أيام

2.) What is the name of an organism that can result in a highly contagious pneumonia?

- a) Coccidioidomycosis
- b) Histoplasmosis
- c) Blastomycosis
- d) Mycoplasma

2.) ما هو اسم الكائن الحي الذي يمكن أن يؤدي إلى التهاب رئوي شديد العدوى؟

- أ) داء الكوسيدوديوميكوسيس
- ب) هيتوبلازما
- ج) تليف الكيسات
- د) الميكوبلازما



3.) Which of these was NOT mentioned in the lesson as a symptom of pneumonia?

- a) Convulsions
- b) Shallow breathing
- c) Pain in chest when coughing.
- d) Wet cough

3.) أي من هذه لم يذكر في الدرس كعرض من أعراض الالتهاب الرئوي؟

- أ) التشنجات
- ب) التنفس الضحل
- ج) ألم في الصدر عند السعال
- د) السعال الرطب

4.) Of the following, which was mentioned as a symptom of pneumonia?

- a) Wet cough
- b) Nausea Wet cough
- c) Fever and chills
- d) All of the above

4.) من بين ما يلي ، الذي ذكر كعرض من أعراض الالتهاب

الرئوي؟

- أ) السعال الرطب
- ب) الغثيان الرطب السعال
- ج) الحمى والقشعريرة
- د) كل ما سبق

5.) What is true of taking cough medicine when you have pneumonia?

- a) You should only do it if you are not experiencing diarrhea
- b) You can always do it
- c) You should never do it
- d) You should only do so after confirming with your doctor that it's okay

5.) ما هو الصحيح في تناول دواء السعال عندما يكون لديك

الالتهاب الرئوي؟

- أ) يجب عليك أن تفعل ذلك فقط إذا كنت لا تعاني من الإسهال
- ب) يمكنك دائما أن تفعل ذلك
- ج) لا يجب أن تفعلها أبدا
- د) يجب عليك القيام بذلك فقط بعد التأكد مع طبيبك أنه لا بأس

6.) What may an infected person be prescribed if they have pneumonia due to bacteria?

- a) Antibiotic drug
- b) Antifungal drug
- c) Antiviral drug
- d) Any of the above

6.) ما الذي يمكن وصفه للشخص المصاب إذا كان مصابا

بالالتهاب الرئوي بسبب البكتيريا؟

- أ) دواء مضاد حيوي
- ب) دواء مضاد للفطريات
- ج) عقار مضاد للفيروسات
- د) أي مما سبق

7.) Which of the following individuals meets the requirements to be prescribed Prevnar 13?

- a) A 68-year-old male who is not high risk.
- b) A 34-year-old female who is not high risk.
- c) A 7-year-old female child who is not high risk.
- d) An 11-year-old male child who is not high risk.

8.) Of the following, who would NOT qualify for a prescription of Pneumovax?

- a) A 30-year-old male with asthma
- b) A 6-month-old baby who is at high risk for bacterial pneumonia.
- c) A 58-year-old female who smokes.
- d) A 72-year-old male

9.) Which of these is NOT mentioned in the "Prevention" lesson with regard to bacterial pneumonia?

- a) Stop smoking
- b) Balanced diet
- c) Stop drinking caffeine
- d) Exercise

10.) Of the following, which is NOT mentioned in the "Prevention" lesson with regard to bacterial pneumonia?

- a) Sufficient rest/sleep
- b) Staying away from those who are already infected with pneumonia
- c) Prevnar 13
- d) Use hand sanitizer

7.) أي من الأفراد التاليين يلبي المتطلبات التي سيتم وصفها بريفنار 13؟

- أ) رجل يبلغ من العمر 68 عامًا وليس عالي الخطورة
- ب) أنثى تبلغ من العمر 34 عامًا ليست عالية الخطورة
- ج) طفلة تبلغ من العمر 7 سنوات ليست عالية الخطورة
- د) طفل يبلغ من العمر 11 عامًا وليس عالي الخطورة

8.) من بين الأشخاص التالية أسماؤهم غير مؤهل لوصفة علاج استرواح الصدر؟

- أ) رجل يبلغ من العمر 30 عامًا مصاب بالربو
- ب) طفل يبلغ من العمر 6 أشهر معرض لخطر الإصابة بالالتهاب الرئوي الجرثومي
- ج) امرأة تبلغ من العمر 58 عامًا تدخن
- د) ذكر عمره 72 عامًا

9.) أي من هؤلاء لم يرد ذكره في درس "الوقاية" فيما يتعلق بالالتهاب الرئوي الجرثومي؟

- أ) توقف عن التدخين
- ب) نظام غذائي متوازن
- ج) توقف عن شرب الكافيين
- د) يمارس

10.) من الأمور التالية التي لم يتم ذكرها في درس "الوقاية" فيما يتعلق بالالتهاب الرئوي الجرثومي؟

- أ) قسط كافٍ من الراحة / النوم
- ب) الابتعاد عن المصابين بالفعل بالالتهاب الرئوي
- ج) بريفنار 13
- د) استخدام مطهر اليدين

Module Six: Review Questions

مراجعة الوحدة السادسة

1.) What is the medical term for sore throat?

- a) Group A streptococcus
- b) Emesis
- c) Syncope
- d) Pharyngitis

1.) ما هو المصطلح الطبي لالتهاب الحلق؟

- أ) المجموعة الأولى المكورات العنقودية
- ب) إيميسيس
- ج) اغماء
- د) التهاب البلعوم

2.) Which of these is the medical term for strep throat?

- a) Syncope
- b) Group A streptococcus
- c) Pharyngitis
- d) Emesis

2.) أي من هذه هو المصطلح الطبي للبكتيريا الحلق؟

- أ) اغماء
- ب) المجموعة الأولى المكورات العنقودية
- ج) التهاب البلعوم
- د) إيميسيس

3.) What can untreated strep throat lead to?

- a) Osteoarthritis
- b) Photo retinitis
- c) Glomerulonephritis
- d) Perichondritis

3.) ما الذي يمكن أن يؤدي إليه التهاب الحلق العنقي غير

المعالج؟

- أ) هشاشته العظام
- ب) التهاب الشبكية الضوئية
- ج) التهاب الغلوميرولون
- د) التهاب المحيطات

4.) What does the Symptom lesson mention as the most common symptom in a viral sore throat?

- a) Hoarseness
- b) Red throat
- c) Pain with swallowing
- d) Stuffy nose

4.) ما الذي يذكره درس الأعراض باعتباره الأعراض الأكثر

شيوعا في التهاب الحلق الفيروسي؟

- أ) بحاح
- ب) الحلق الأحمر
- ج) ألم مع البلع
- د) انسداد الأنف

5.) Of the following, which is not mentioned as a symptom of strep throat?

- a) Stomach ache
- b) Malaise
- c) Headache
- d) Fever

5.) من بين ما يلي ، والذي لم يذكر كعرض من أعراض التهاب الحلق العقدي؟

- أ) المعدة
- ب) الضيق
- ج) صداع
- د) الحمى

6.) Choose the item that is NOT mentioned as symptom associated with strep throat.

- a) Enlarged tonsils
- b) Lymph nodes that are swollen and/or tender
- c) Body aches
- d) Diarrhea

6.) اختر العنصر الذي لم يتم ذكره كأعراض مرتبطة بالحلق العقدي.

- أ) اللوزتين المتضخمتين
- ب) الغدد الليمفاوية التي تورم و / أو العطاء
- ج) آلام الجسم
- د) إسهال

7.) Which of these is the most effective treatment in clearing a strep throat infection?

- a) Rest
- b) Antibiotic
- c) Fluids
- d) Throat lozenges

7.) أي من هذه العلاجات هو العلاج الأكثر فعالية في إزالة عدوى التهاب الحلق العقدي؟

- أ) استراح
- ب) مضاد حيوي
- ج) السوائل
- د) ملاعق الحلق

8.) At what point after starting an antibiotic for strep throat do individuals typically see a remarkable difference in the symptoms?

- a) 4 hours
- b) 12 hours
- c) 24 hours
- d) 2-3 days

8.) عند أي نقطة بعد بدء مضاد حيوي للبكتيريا الحلق لا الأفراد عادة ما نرى فرقا ملحوظا في الأعراض؟

- أ) 4 ساعات
- ب) 12 ساعة
- ج) 24 ساعة
- د) 2-3 أيام

9.) Stay out of work for at least _____ hours after starting an antibiotic.

- a) 24
- b) 36
- c) 48
- d) 54

9.) البقاء خارج العمل لمدة لا تقل عن _____ ساعات بعد بدء تشغيل مضاد حيوي.

- أ) 24
- ب) 36
- ج) 48
- د) 54



10.) To help prevent the spread of a sore throat, which BEST describes how often you should wash your hands?

- a) After you cough and sneeze
- b) After you blow your nose
- c) After you touch objects that have been touched by infected individuals
- d) Frequently

10. للمساعدة في منع انتشار التهاب الحلق ، ما أفضل وصف لعدد مرات غسل يديك؟

- أ) بعد السعال والعطس
- ب) بعد نفث أنفك
- ج) بعد لمس الأشياء التي تم لمسها من قبل الأفراد المصابين
- د) مرارًا

Module Seven: Review Questions

مراجعة الوحدة السابعة

1.) Regarding norovirus and gastroenteritis, which of these is true?

- a) Both only occur in adults.
- b) Gastroenteritis can occur as a result of having norovirus.
- c) Besides both being stomach illnesses, they are not related.
- d) Norovirus can occur because of having gastroenteritis

1.) فيما يتعلق بفيروس النورو والتهاب المعدة والأمعاء ، أي من هذه صحيح؟

- أ) كلاهما يحدث فقط في البالغين
- ب) التهاب المعدة والأمعاء يمكن أن يحدث نتيجة لوجود نوروفيروس
- ج) بالإضافة إلى كل من أمراض المعدة ، فهي لا علاقة لها
- د) يمكن أن يحدث نوروفيروس نتيجة لالتهاب المعدة والأمعاء

2.) How quickly do the symptoms of the norovirus manifest?

- a) 2 days after being infected.
- b) 4 days after being infected.
- c) 1 day after being infected.
- d) 3 days after being infected.

2.) ما مدى سرعة ظهور أعراض فيروس النورو؟



- أ) بعد يومين من الإصابة
- ب) بعد 4 أيام من الإصابة
- ج) بعد يوم واحد من إصابته
- د) بعد 3 أيام من الإصابة

3.) What should you do when you have diarrhea?

- a) Eat a lot of rice.
- b) Drink a lot of caffeinated tea.
- c) Eat a lot of bananas.
- d) Drink a lot of low-sugar fluids

3.) ماذا يجب أن تفعل عندما يكون لديك الإسهال؟

- أ) تناول الكثير من الأرز
- ب) شرب الكثير من الشاي الذي يحتوي على الكافيين
- ج) أكل الكثير من الموز
- د) شرب الكثير من السوائل منخفضة السكر

4.) Of the following, which of these is mentioned as a symptom of gastroenteritis but not norovirus?

- a) Stomach cramps
- b) Fast heart rate
- c) Muscle aches
- d) Fatigue

4.) من بين ما يلي ، أي من هذه المذكورة كعرض من أعراض التهاب المعدة والأمعاء ولكن ليس نوروفيروس؟

- أ) تقلصات المعدة
- ب) معدل ضربات القلب السريع
- ج) آلام العضلات
- د) جهد

5.) What antiviral medication is used to treat norovirus?

- a) Tamiflu
- b) Relenza
- c) Xofluza
- d) There is none

5.) ما هي الأدوية المضادة للفيروسات المستخدمة لعلاج نوروفيروس؟

- أ) تاميفلو
- ب) ريلنزا
- ج) Xofluza
- د) لا يوجد شيء



6.) When can an antibiotic be taken to treat norovirus?

- a) As soon as symptoms present
- b) Never
- c) 24 hours
- d) Daily

6.) متى يمكن تناول مضاد حيوي لعلاج فيروس النورو؟

- أ) بمجرد ظهور الأعراض
- ب) أبدا
- ج) 24 ساعة
- د) يومي

7.) How long does it typically take for norovirus to go away?

- a) A couple of weeks
- b) 6-7 days
- c) A couple of days
- d) 4-5 days

7.) كم من الوقت يستغرق عادة ل norovirus للذهاب بعيدا؟

- أ) أسبوعان
- ب) 6-7 أيام
- ج) بضعة أيام
- د) 4-5 أيام

8.) How many times can a person contract norovirus?

- a) 3-4 times from infancy to adulthood
- b) 1-2 times from infancy to adolescence
- c) An indefinite number of times in one's lifetime.
- d) An indefinite number of times during adulthood

8.) كم مرة يمكن للشخص أن يصاب بفيروس النوروفيروس؟

- أ) 3-4 مرات من مرحلة الطفولة إلى مرحلة البلوغ
- ب) 1-2 مرات من الطفولة إلى المراهقة
- ج) عدد غير محدد من المرات في عمر الشخص
- د) عدد غير محدد من المرات خلال مرحلة البلوغ

9.) The "Prevention" lesson mentioned that ___ and ___ should be used to disinfect items.

- a) Vinegar and baking soda
- b) Bleach and water
- c) Microfiber cloths and water
- d) Antibacterial wipes and hand sanitizer

9.) وذكر درس "الوقاية" أنه ينبغي استخدام ___ و ___ لتطهير المواد.

- أ) الخل وصودا الخبز
- ب) التبييض والماء
- ج) قطع قماش وماء الألياف الدقيقة
- د) مناديل مضادة للبكتيريا ومطهر يد

10.) When contracting the norovirus, you should stay out of work for at least ___ hours after the symptoms have ceased.

- a) 12
- b) 24
- c) 36
- d) 48

10.) عند الإصابة بفيروس النوروفيروس، يجب أن تبقى خارج العمل لمدة ___ ساعة على الأقل بعد توقف الأعراض

- أ) 12
- ب) 24
- ج) 36
- د) 48

Module Eight: Review Questions

مراجعة الوحدة الثامنة

1.) What is the most effective way of dusting a desk?

- a) Damp, microfiber cloth
- b) Feather duster
- c) Dry, microfiber cloth
- d) Use bare hand

1.) ما هي الطريقة الأكثر فعالية لنفض الغبار عن مكتب؟

- أ) قماش رطب وألياف دقيقة
- ب) منفضة الريش
- ج) قماش جاف من الألياف الدقيقة
- د) استخدام اليد العارية

2.) According to the "Dusting" lesson, what does dust consist of?

- a) Plant pollen
- b) Textile fibers
- c) Dead skin cells
- d) Outdoor minerals

2.) وفقا لدرس "الغبار" ، ما الذي يتكون منه الغبار؟

- أ) حبوب اللقاح النباتية
- ب) ألياف النسيج
- ج) خلايا الجلد الميتة
- د) المعادن في الهواء الطلق



3.) What does the E in HEPA stand for?

- a) Effectiveness
- b) Efficiency
- c) Electrically
- d) Energetically

3.) ما الذي تطيقه E في HEPA؟

- أ) فعالي
- ب) كفاءة
- ج) كهربائيا
- د) نشاط

4.) In the word HEPA, what does the P stand for?

- a) Palpable
- b) Passive
- c) Particulate
- d) Positive

4.) في كلمة HEPA ، ما الذي يعنيه P؟

- أ) واضح
- ب) السلبي
- ج) الجسيمات
- د) موجب

5.) HEPA filters are designed trap what percentage of particles captured?

- a) 99.64
- b) 99.72
- c) 99.85
- d) 99.97

5.) تم تصميم مرشحات HEPA فخ ما هي النسبة المئوية للجسيمات التي تم التقاطها؟

- أ) 99.64
- ب) 99.72
- ج) 99.85
- د) 99.97

6.) When particles directly touch the filter's fibers, they stick to the filter. This is what method of HEPA filter trapping?

- a) Intercept
- b) Concentrate
- c) Impact
- d) Diffuse

6.) عندما تلمس الجسيمات ألياف الفلتر مباشرة، فإنها تلتزم بالمرشح. هذا هو ما هي طريقة HEPA تصفية محاصرة؟

- أ) اعتراض
- ب) ركز
- ج) تأثير
- د) منتشر



7.) When particles are very close to the filter's fibers, they stick to the filter. This is what method of HEPA filter trapping?

- a) Intercept
- b) Diffuse
- c) Concentrate
- d) Impact

7.) عندما تكون الجسيمات قريبة جدا من ألياف الفلتر ، فإنها تلتزم بالمرشح. هذا هو ما هي طريقة HEPA تصفية محاصرة؟

- أ) اعتراض
- ب) منتشر
- ج) ركز
- د) تأثير

8.) When the particles flow through the filter's fibers, they come in contact with gas molecules. What method of HEPA filter trapping is this?

- a) Concentrate
- b) Impact
- c) Intercept
- d) Diffuse

8.) عندما تتدفق الجسيمات من خلال ألياف الفلتر ، فإنها تتلامس مع جزيئات الغاز. ما هي طريقة HEPA تصفية محاصرة هذا؟

- أ) ركز
- ب) تأثير
- ج) اعتراض
- د) منتشر

9.) What does the "Disinfecting Surfaces" lesson mention as a cost-effective chemical for disinfecting?

- a) Alcohol
- b) Bleach
- c) Hydrogen peroxide
- d) Vinegar

9.) ما الذي يذكره درس "تطهير الأسطح" كمادة كيميائية فعالة من حيث التكلفة للتطهير؟

- أ) كحول
- ب) تبييض
- ج) بيروكسيد الهيدروجين
- د) خل



10.) Of the following, which LEAST likely needs to be disinfected?

- a) Door knobs
- b) Faucet
- c) Keyboard
- d) Plastic runner for office chair

10.) من بين ما يلي، أي أقل الاحتياجات على الأرجح أن يتم تطهيره؟

- أ) مقابض الأبواب
- ب) صنابير
- ج) لوحة مفاتيح
- د) عداء البلاستيك لرئاسة المكتب

Module Nine: Review Questions

مراجعة الوحدة التاسعة

1.) According to the "Offer Paid Sick Days" lesson, employees should be paid:

- a) For two weeks
- b) For a month
- c) For the days the virus/bacteria are in their body
- d) For the days they are contagious

1.) وفقا لدرس "عرض الأيام المرضية المدفوعة" ، يجب دفع

رواتب الموظفين:

- أ) لمدة أسبوعين
- ب) لمدة شهر
- ج) للأيام الفيروس / البكتيريا في الجسم
- د) للأيام التي تكون معدية

2.) What should an employee do to prove they have a contagious illness?

- a) Make a phone call to their supervisor.
- b) Provide a note from their doctor.
- c) Be tested at their place of business.
- d) Do a video call with their supervisor

2.) ماذا يجب على الموظف أن يفعل لإثبات أنه مصاب بمرض

معد؟

- أ) إجراء مكالمة هاتفية مع مشرفه
- ب) تقديم مذكرة من طبيبه
- ج) أن تختبر في مكان عمله
- د) إجراء مكالمة فيديو مع مشرف

3.) Are companies required to offer paid sick days for outbreaks of contagious illnesses?

- a) Yes. For full-time employees
- b) No
- c) Yes. If they have less than 200 employees
- d) Yes. If they have more than 50 employees

3.) هل يطلب من الشركات تقديم أيام مرضية مدفوعة الأجر

لتنفسي الأمراض المعدية؟

- أ) نعم. للموظفين المتفرغين
- ب) لا
- ج) نعم. إذا كان لديهم أقل من 200 موظف
- د) نعم. إذا كان لديهم أكثر من 50 موظفا

4.) What organization was mentioned in the “Offer Paid Sick Days” lesson?

- a) National Institutes of Health
- b) American Medical Association
- c) World Health Organization
- d) Centers for Disease Control and Prevention

4.) ما هي المنظمة المذكورة في درس "عرض الأيام المرضية المدفوعة"؟

- أ) المعاهد الوطنية للصحة
- ب) الجمعية الطبية الأمريكية
- ج) منظمة الصحة العالمية
- د) مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها

5.) In the “Alternative Work Days” lesson, who was NOT mentioned as being sick?

- a) Joan
- b) Betty
- c) Phil
- d) Michael

5.) في درس "أيام العمل البديلة"، من لم يذكر على أنه مريض؟

- أ) جوان
- ب) بيتي
- ج) فيل
- د) مايكل

6.) In “Alternative Work Days”, what day did the employees miss work?

- a) Tuesday
- b) Wednesday
- c) Thursday
- d) Friday

6.) في "أيام العمل البديلة"، في أي يوم تغيب الموظفون عن العمل؟

- أ) الثلاثاء
- ب) الأربعاء
- ج) الخميس
- د) الجمعة

7.) What was the sickness in “Alternative Work Days”?

- a) Norovirus
- b) Pneumonia
- c) Flu
- d) Cold Sore

7.) ما هو المرض في "أيام العمل البديلة"؟

- أ) نوروفيروس
- ب) الالتهاب الرئوي
- ج) إنفلونزا
- د) قرحة الباردة

8.) In "Alternative Work Days", what day were employees allowed to make-up the time they missed?

- a) Saturday
- b) Sunday
- c) Thanksgiving Day
- d) Christmas Day

8.) في "أيام العمل البديلة"، ما هو اليوم الذي يسمح فيه للموظفين بالمكواة في الوقت الذي فاتهم؟

- أ) السبت
- ب) الأحد
- ج) عيد الشكر
- د) عيد الميلاد

9.) When should working from home not be done?

- a) When the employee is contagious, but well enough to work
- b) When the employee is in their first 60 days of being with the company
- c) When the employee is contagious and not well enough to work
- d) When the employee is in their first 90 days of being with the company

9.) متى لا يتم العمل من المنزل؟

- أ) عندما يكون الموظف معديا ، ولكن بشكل جيد بما فيه الكفاية للعمل
- ب) عندما يكون الموظف في أول 60 يوما من وجودها مع الشركة
- ج) عندما يكون الموظف معديا وليس جيدا بما فيه الكفاية للعمل
- د) عندما يكون الموظف في أول 90 يوما من وجودها مع الشركة

10.) In the "Work from Home" lesson, which of these was not mentioned?

- a) Having a quiet space
- b) Having a webcam
- c) Having phone service
- d) Having a printer and scanner

10.) في درس "العمل من المنزل"، أي من هذه لم يذكر؟

- أ) وجود مساحة هادئة
- ب) وجود كاميرا ويب
- ج) الحصول على خدمة الهاتف
- د) وجود طابعة وماسح ضوئي

Module Ten: Review Questions

مراجعة الوحدة العاشرة

1.) Who should receive a copy of the ERP?

- a) Human Resources
- b) Supervisors and managers
- c) All employees
- d) All employees who are not in managerial roles

1.) من الذي يجب أن يحصل على نسخة من تخطيط موارد

المؤسسات؟

أ) الموارد البشرية

ب) المشرفون والمديرون

ج) جميع الموظفين

د) جميع الموظفين الذين ليسوا في أدوار إدارية

2.) What is business continuity?

- a) Consistency among all departments of a business
- b) The start-up of a business
- c) The shut-down of a business
- d) The ability to resume business in the face of threats

2.) ما هي استمرارية الأعمال؟

أ) الاتساق بين جميع إدارات الأعمال

ب) بدء نشاط تجاري

ج) إغلاق شركة

د) القدرة على استئناف العمل في مواجهة التهديدات

3.) Of the following, which is NOT listed in the "Develop ERP" lesson as a common hygiene tip to prevent the spread of illness, but currently, due to Covid, is more common in North America?

- a) Thoroughly wash hands with soap and water
- b) When sneezing or coughing, do it into your arm, not your hands
- c) Keep your hands away from your face
- d) Wearing a face mask

3.) من بين ما يلي ، وهو غير مدرج في درس "تطوير تخطيط موارد المؤسسات" كنصيحة نظافة مشتركة لمنع انتشار المرض ، ولكن حاليا ، بسبب Covid ، هو أكثر شيوعا في أمريكا الشمالية؟

أ) غسل اليدين بالماء والصابون جيدا

ب) عند العطس أو السعال، افعل ذلك في ذراعك، وليس يديك

ج) أبعد يديك عن وجهك

د) ارتداء قناع الوجه

4.) Which of these is NOT mentioned in the module as a common hygiene tip?

- a) Trim nails
- b) If you are using tissues, dispose of them promptly after use
- c) Get vaccinations, where appropriate
- d) Regularly disinfect office space, restrooms, and common areas

4.) أي من هذه لم يرد ذكره في الوحدة كطرف النظافة المشتركة؟

- أ) تقليم الأظافر
- ب) إذا كنت تستخدم الأنسجة، والتخلص منها على الفور بعد الاستخدام
- ج) الحصول على التطعيمات، عند الاقتضاء
- د) تطهير المكاتب ودورات المياه والمناطق المشتركة بانتظام

5.) Who should be trained on the ERP?

- a) Supervisors and managers
- b) All employees that are not in managerial positions
- c) Human Resources
- d) All employees

5.) من الذي يجب تدريبه على تخطيط موارد المؤسسات؟



- أ) المشرفون والمديرون
- ب) جميع الموظفين الذين ليسوا في مناصب إدارية
- ج) الموارد البشرية
- د) جميع الموظفين

6.) After the completion of the training, what should employees be required to do?

- a) Verbally agree to abide by the ERP
- b) Sign a document that acknowledges receipt of training and agree to abide by the ERP
- c) Verbally acknowledge receipt of the training
- d) Sign a document that acknowledges receipt of training

6.) بعد الانتهاء من التدريب، ما الذي يجب أن يطلب من الموظفين القيام به؟

- أ) الموافقة شفهيًا على الالتزام ب ERP
- ب) التوقيع على وثيقة تقر بتلقي التدريب وتوافق على الالتزام بنظام تخطيط موارد المؤسسات
- ج) الاعتراف شفهيًا بتلقي التدريب
- د) توقيع مستند يقر بتلقي التدريب

7.) How should the ERP training be conducted?

- a) Online
- b) In-person, one-on-one
- c) In-person, small group
- d) In the most effective manner for the company

7.) كيف ينبغي إجراء التدريب على تخطيط موارد المؤسسات؟

- أ) عبر الإنترنت
- ب) شخصياً، وجهاً واحداً
- ج) شخصياً، مجموعة صغيرة
- د) في الطريقة الأكثر فعالية للشركة

8.) What quote was used in the “Evaluate ERP” lesson?

- a) “If at first you don’t succeed, try, try again”
- b) “The way to get started is to quit talking and start doing”
- c) “Two heads are better than one”
- d) “Tell me and I forget. Teach me and I remember. Involve me and I learn.”

8.) ما هو الاقتباس المستخدم في درس "تقييم تخطيط موارد المؤسسات"؟

- أ) "إذا لم تنجح في البداية، حاول، حاول مرة أخرى"
- ب) "الطريقة للبدء هو الإقلاع عن الكلام والبدء في العمل"
- ج) "رأسان أفضل من واحد"
- د) "قل لي وأنا ننسى. علمني وأنا أتذكر. إشراك لي وأنا تعلم."

9.) What should happen if changes are made to the ERP?

- a) A copy of the changes should be given to Human Resources
- b) A copy of the changes should be given to all employees who are not in managerial positions
- c) A copy of the changes should be given to all employees
- d) A copy of the changes should be given to all supervisors and managers

9.) ماذا ينبغي أن يحدث إذا تم إجراء تغييرات على تخطيط موارد المؤسسات؟

- أ) يجب إعطاء نسخة من التغييرات للموارد البشرية
- ب) يجب إعطاء نسخة من التغييرات لجميع الموظفين الذين ليسوا في المناصب الإدارية
- ج) يجب إعطاء نسخة من التغييرات لجميع الموظفين
- د) يجب إعطاء نسخة من التغييرات لجميع المشرفين والمديرين

10.) In the “Revise ERP” lesson, what quote was used?

- a) “Tell me and I forget. Teach me and I remember. Involve me and I learn.
- b) “If at first you don’t succeed, try, try again”
- c) “The way to get started is to quit talking and begin doing”
- d) “Two heads are better than one”

10.) في درس "مراجعة تخطيط موارد المؤسسات"، ما هو الاقتباس المستخدم؟

- أ) "قل لي وأنا ننسى. علمني وأنا أتذكر. إشراك لي وأنا تعلم.
- ب) "إذا لم تنجح في البداية، حاول، حاول مرة أخرى"
- ج) "الطريقة للبدء هو الإقلاع عن الكلام والبدء في القيام"
- د) "رأسان أفضل من واحد"