

حقایق و اطلاعات در مورد کووید-۱۹

مورخ: ۲۰۲۱/۰۱/۰۲۵

چه کار باید کرد؟




در منزل بمانید.

مگر اینکه:

- ✓ ناچار به سرکار یا کلاس رفتن باشید.
- ✓ باید به خرید، داروخانه، عابریانک و غیره بروید.
- ✓ به شخصی که به شما نیاز دارد کمک کنید.
- ✓ فردی تنها را که برای شما مهم است چند بار در هفته ملاقات میکنید (مثلاً یک دوست نزدیک یا افراد خانواده)
- ✓ میخواهید کمی قدم بزنید یا ورزش کنید.
- ✓ در خانه خطری شما را تهدید میکند. (آتشسوزی، تهدید و ...)
- ✓ باید به دکتر، فیزیوتراپی و یا روانکاو بروید.
- ✓ باید به ادارات یا دادگاه مراجعه کنید.

آنچه باید مورد توجه قرار دهید:

- ✓ در فضای بیرون با دیگران دو متر فاصله داشته باشید.
- ✓ در مکانهای عمومی سربسته (ادارات، بانکها، فروشگاهها، ...) باید دو متر فاصله را رعایت کرده و ماسک FFP2 بزنید. این در مورد کودکان بالای ۱۴ سال صدق میکند. کودکان بین ۶ تا ۱۴ سال باید ماسک ساده بزنند. 😊
- ✓ در اتوبوس، تراموا، قطار و در ایستگاهها باید ماسک FFP2 بزنید. این در مورد کودکان بالای ۱۴ سال صدق میکند. کودکان بین ۶ تا ۱۴ سال باید ماسک ساده بزنند. 😊
- ✓ پارکها و زمینهای بازی باز هستند.
- ✗ استخرها، باشگاهها، سالنهای ورزشی بسته هستند.
- ✗ تئاتر، موزه ها، سینما، فروشگاهها، آرایشگاهها و ... بسته هستند.
- ✗ کافه ها و رستوران ها بسته هستند.

پلیس اجازه دارد در صورت عدم رعایت موارد ممنوعه جریمه های سنگین اعمال کند. 

!! چنانچه در مورد قوانین قرنطینه سوالی دارید، با مشاوره حقوقی ZEBRA تماس بگیرید. ☎ ۰۳۱۶۸۳۵۶۳۰

چگونه خود و دیگران را از ویروس کرونا حفظ کنیم؟

- ✗ دست ندهید، بغل و روبوسی نکنید.
- ✗ کسانی را که سرفه یا عطسه میکنند ملاقات نکنید.
- ✓ دستها را به کرات با صابون بشویید.
- ✓ هنگام سرفه یا عطسه آرنج را جلوی دهان بگیرید.
- ✓ ماسک FFP2 بزنید و حداقل دو متر فاصله با دیگران نگه دارید.

چه کسی در هنگام بیماری به شما کمک میکند؟

- ✓ اگر تب دارید یا سرفه میکنید: با دکتر خانگی تماس بگیرید.
- ✓ در صورت داشتن علائم کرونا (تب، سرفه، تنگی نفس، مشکل تنفسی): ☎ ۱۴۵۰ / شماره سلامتی
- ✓ اطلاعات کلی در مورد ویروس کرونا: AGES ☎ ۰۸۰۰۵۵۵۶۲۱