

حقایق و اطلاعات در مورد کووید-۱۹


مورخ: ۲۰۲۰/۱۲/۱۷ - ساعت ۱۱:۰۰

چه کار باید کرد؟


شما میتوانید از ساعت ۶:۰۰ الی ۲۰:۰۰ از خانه بیرون بروید. این کار مجاز است.

شما باید از ساعت ۲۰:۰۰ تا ۶:۰۰ در منزل بمانید.  مگر اینکه:





- ✓ ناچار به سرکار یا کلاس رفتن باشید.
- ✓ باید به خرید، داروخانه، عابربانک 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 ...)

 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

استثنا برای ۲۴ و ۲۰۲۰/۱۲/۲۵ 

- ✓ شما اجازه دارید حتی بعد از ساعت ۲۰:۰۰ بدون دلیل خاصی منزل را ترک کنید. این مجاز است.
- ✓ حداکثر ۱۰ نفر از ۱۰ خانواده متفاوت اجازه دارند همدیگر را ملاقات کنند.

- ✓ در فضای بیرون با دیگران یک متر فاصله داشته باشید. 
- ✓ در مکانهای عمومی سربسته (ادارات، بانکها، فروشگاهها، ...) باید ماسک بزنید. این مساله در مورد کودکان بالای ۶ سال کامل صدق میکند. 
- ✓ در اتوبوس، تراموا، قطار و در ایستگاهها باید ماسک بزنید. این مساله در مورد کودکان بالای ۶ سال کامل صدق میکند. 
- ✓ پارکها، زمینهای بازی، باشگاه های ورزشی جهت ورزش تکی، فروشگاه ها، آرایشگاه ها و مطب ها باز هستند.
- ✓ تا حداکثر ۶ نفر (+حداکثر ۶ کودک) از دو خانوار اجازه ملاقات دارند.
- ✓ کودکان بین ۶ تا ۱۵ سال باید به مدرسه بروند. مهد کودک ها باز هستند.
- ✓ کودکانی که به NMS یا دبیرستان (Gymnasium) میروند باید در مدرسه ماسک بزنند. 
- ✓ نوجوانان بالای ۱۵ سال باید در خانه درس بخوانند. (تدریس از راه دور) دیپلمی ها باید به مدرسه بروند.
- ✓ موزه ها و کتاب فروشی ها باز هستند.
- ✓ از تاریخ ۲۴.۱۲: پارکهای حیوانات، باغ وحش ها و باغهای گیاه شناسی باز هستند.
- ✓ از تاریخ ۲۴.۱۲: بالابرهای پیست های اسکی باز هستند.

- ✘ استخرها، باشگاه ها، تئاترها و سینماها بسته هستند.
- ✘ کافه ها و رستوران ها بسته هستند.
- ✘ جشن های بزرگ خانوادگی و یا مهمانی گرفتن با تعداد زیاد دوستان (تولد، عروسی،...) ممنوع است.

چگونه خود 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 بزنید.
- ✓ حداقل یک 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

در صورت نگرانی خط ویژه زیر با مترجم ☎ ۰۸۰۰۷۹۹۷۰۲

نگران هستید؟ بد میخوابید؟ ترس دارید؟ احساس تنهایی می کنید؟
ما در کنارتان هستیم و به شما گوش می دهیم. با ما تماس بگیرید.

- دوشنبه تا چهارشنبه : ساعت ۹:۰۰ تا ۱۲:۰۰
- پنجشنبه : ساعت ۱۴:۰۰ تا ۱۷:۰۰
- جمعه : ساعت ۹:۰۰ تا ۱۲:۰۰