

حقایق و اطلاعات در مورد کووید-۱۹

مورخ: ۲۰۲۰/۱۲/۲۶ - ساعت ۱۱:۰۰

چه کار باید کرد؟

در منزل بمانید!


مگر اینکه:

- ✓ ناچار باشید سر کار یا کلاس بروید.
- ✓ باید به خرید، داروخانه، عابربانک و غیره بروید.
- ✓ به شخصی که به شما نیاز دارد کمک کنید.
- ✓ شخص مهمی را که چندین بار در هفته می بینید به تنهایی ملاقات کنید. (مثلا یک دوست نزدیک یا عضو خانواده)
- ✓ می خواهید کمی قدم بزنید یا ورزش کنید.
- ✓ باید به دکتر فیزیوتراپی یا روان درمانی بروید.
- ✓ باید به ادارات دولتی یا جلسه دادگاه بروید.

به چه نکات دیگری باید توجه کنید؟

- ✓ در فضای بیرون با دیگران یک متر فاصله داشته باشید.
- ✓ در مکانهای عمومی سر بسته (ادارات، بانکها، فروشگاه ها، ...) باید ماسک بزنید.
- ✓ در اتوبوس، تراموا، قطار و در ایستگاه ها باید ماسک بزنید.
- ✓ پارکها و زمینهای بازی باز هستند.

- ✗ برگزاری جشن برای تحویل سال نو مجاز نیست.
- ✗ استخرها، باشگاه ها و زمینهای ورزشی بسته هستند.
- ✗ تئاترها، موزه ها، سینماها، فروشگاه ها، آرایشگاه ها و غیره بسته هستند.
- ✗ کافه ها و رستوران ها بسته هستند.

 پلیس اجازه دارد در صورت عدم رعایت موارد ممنوعه جریمه های سنگین اعمال کند.
اگر در مورد شرایط قرنطینه سوالی دارید، با مشاور حقوقی زبرا تماس بگیرید: ۰۳۱۶۸۳۵۶۳۰

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 بازو را جلوی دهان بگیرید.
- ✓ ماسک بزنید و حداقل یک متر فاصله با دیگران نگه دارید.
- ✓ چه کسی در هنگام بیماری به شما کمک میکند؟
- ✓ در صورت تب یا سرفه: با پزشک خانگی خود تماس بگیرید!
- ✓ در صورت داشتن علائم کرونا (تب، سرفه، تنگی نفس، مشکل تنفسی): ۱۴۵۰ / شماره سلامتی

✓ اطلاعات کلی در مورد ویروس کرونا : ۰۸۰۰۵۵۵۶۲۱ AGES □