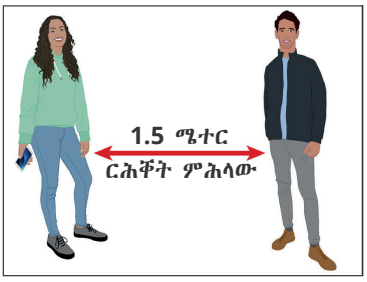
ኮሮና-ቫይረስ

ኣብዚ ብዛዕባ እዚኦም ዝስዕቡ ከተንብብ ትኽእል፡
• ሕግታት ናይ መንግስቲ • ናይ ኮሮና ምልክታት-ሕማም • መርመራ ምግባር • ክታበት

ኣብ ውሽጥን ኣብ ደገን ዝትግበሩ ምኽሪታት፡

- ኩሉ ግዜ ካብ ካልኦት ሰባት ናይ 1.5 ሜተር ርሕቐት ሓልው።
- ክሳብ 13 ዓመት ዝዕድሚኦም ቆልዑት ግን ምስ ነንሓድሕዶምን፣ ምስ ልዕሊ ዕድመ ሰባትን ክቀራረቡ ይኽእሉ እዮም።
- ብዝተኻእለ መጠን ዝበዝሕ ግዜ ኣብ ገዛ ኮፍ በል።
- ኣብ ገዛ ኮይንካ ስራሕ፣ ብዘይካ እዚ ብሓቂ ንዓኻ ዘይከኣል ምስ ዝኸውን።
- ኣብ ገዛኻ ኣብ መዓልቲ እንተበዝሑ 2 ዝበጽሑ ሰባት ክትቅበል ትኽእል ኢኻ።
- ናብ ዝኾነ ቦታ ኣብ መዓልቲ እንተበዝሐ 1 ግዜ ንምብጻሕ ክትከይድ ትኽእል።

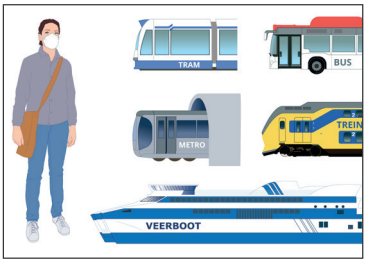


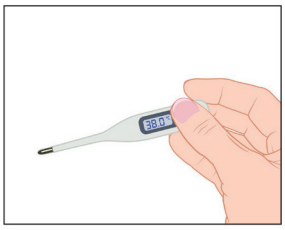
መሸፈኒ-ኣፍ፡ ግዴታ ንነፍስወከፍ ዕድሚኡ 13 ዓመትን ልዕሊኡን ዝኾነ ሰብ

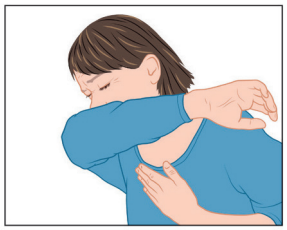
- ኣብ ውሽጢ ህንጻታት መሸፈኒ-ኣፍ ግበር።
  ንኣብነት ኣብ ዱኳናትን ኣብ መደበር ባቡርን ማለት ኣብ ስቴሽን
- ኣብ ቤት-ትምህርቲ መሸፈኒ-ኣፍ ግበር።
  ነቲ መሸፈኒ-ኣፍ ኣብ እዋን ትምህርቲ ጥራይ ኢኻ ክትኣልዮ እትኽእል።
- ኣብ ህዝባዊ መጎዓዝያ መሸፈኒ-ኣፍ ማለት ማስክ ግበሩ።

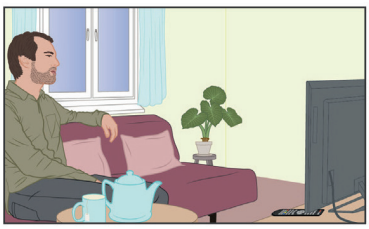
መገሻ፡

- ብሓቂ ኣድላዪ ምስ ዝኸውን ጥራይ ህዝባዊ መጎዓዝያ ተጠቀም።
  መሸፈኒ-ኣፍ ግበሩ።
- ናብ ካልእ ሃገር ኣይትኺድ፣ ብዘይካ እዚ ብሓቂ ኣድላዪ እንተኾይኑ።









ምልክታት-ሕማም ምስ ዝህልወካ፡ መርመራ ግበር፣ ከምኡ እውን ኣብ ገዛ ኮፍ በል

መርመራ-ኮሮና ግበር፣ ከምኡ እውን ካብዞም ዝስዕቡ ምልክታት-ሕማም 1 ወይ ልዕሊኡ ምስ ዝህልወካ ኣብ ገዛ ኮፍ በል፡

- ልዕሊ 37.5 ዲግሪ
- ናይ ምስትንፋስ ጸገም
- ሃንደበት ክትሽትት ወይ ብመልሓስ ክትጥዕም ዘይምኽኣል
- ምስዓል
- ምህንጣስ
- ዕንጓል ንፋጥ ኣብ ኣፍንጫኻ
- ቃንዛ ጎረሮ

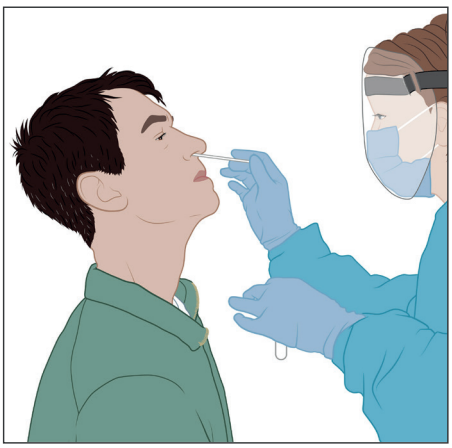
ረስኒ ወይ ናይ ምስትንፋስ ጸገም ምስ ዝህልወካ፣ ነፍስወከፍ ምሳኻ ኣብ ገዛ ዝነብር ሰብ እውን ኣብ ገዛ ኮፍ ክብል ኣለዎ።
ረስኒ ልዕሊ 38 ዲግሪ እዩ።

መርመራ ምግባር፡

መርመራ-ኮሮና ብነጻ እዩ።

ንስኻ ብ2 አገባባት ቆጻራ ክትገብር ትኽእል ኢኻ፡

1. ብመንገዲ ኮምፒተር፡ ናብ መርበብ-ሓበሬታ www.coronatest.nl ኪድ። ነዚ ንምግባር ናትካ ደይ.ኽይ.ደይ [DigiD] የድልየካ እዩ።
2. ብመንገዲ ተሌፎን፡ ናብ ቁጽሪ ተሌፎን 0800-1202 ደውል።



ክሳብ ካብ ህዝባዊ አገልግሎት ጥዕና ማለት ኽይ.ኽይ.ደይ [GGD] ውጽኢት እትቕበል አብ ገዛ ኮፍ በል።
እቲ ውጽኢት ክሳብ እትቕበል እውን በጻሕቲ ክትቅበል አይትኽእልን ኢኻ።
ህዝባዊ አገልግሎት ጥዕና [GGD] መዓስ እንደገና ናብ ደገ ክትወጽእ ከም እትኽእል ክሕብረካ እዩ።

ክታበት

ክታበት አንጻር ኮሮና፣ ናይ ኮሮና ቫይረስ ከይሕዘኩም ይከላኸለልኩም።
ነቲ ክታበት አብ ላዕለዋይ ቅልጽምኩም ብመርፍእ ክትቕበሉ ኢኹም።
ክታበት ድሕሪ ምውሳድኩም፣ ንስኹም በቲ ቫይረስ አይትሓሙን ወይ ኽአ ብዙሕ አይትሓሙን።

አብ ኔዘርላንድ ካብ 18 ዓመት ንላዕሊ ዝኾኑ ሰባት፣ ክታበት ንምውሳድ ናይ ዕድመ ደብዳቤ ክቕበሉ እዮም።
ንነፍስወከፍ ሰብ አብ ሓደ እዋን ንምኽታብ ዝከአል አይኮነን።
እንተድኣ ሪጋኹም በጺሑ፣ አብ ገዛኹም ሓደ ናይ ዕድመ ደብዳቤ ክትቕበሉ ኢኹም።

አብ መርበብ-ሓበሬታ ናይ ፋሮስ [Pharos]፣ ብዛዕባ እቲ ክታበት ዝምልከት ተወሳኺ ሓበሬታ አሎ።

ሓኪም

ምልክታት-ሕማም ናይ ኮሮና ምስ ዝህልወካ ናብ ሓኪም ዘይምኻድ አገዳሲ እዩ።
ስለዚ መጀመርታ ደውል።

አብ መርበብ-ሓበሬታ www.Thuisarts.nl ብዛዕባ ኮሮና ዝምልከት ገና ብዙሕ ሓበሬታ ክትረክብ ትኽእል ኢኻ።

እንተድኣ ብዛዕባ ኮሮና-ቫይረስ ዝምልከቱ ካልኦት ሕቶታት ኣለዉኻ ኮይኖም፡

ናብ ቁጽሪ ተሌፎን 0800-1351 ደውል።

Deze begrijpelijke informatie is gebaseerd op de adviezen van Rijksoverheid.nl en Thuisarts.nl en is getest met taalambassadeurs van Stichting ABC.
28 april 2021 - versie 25

PHAROS
EXPERTISECENTRUM GEZONDHEIDSVERSCHILLEN