

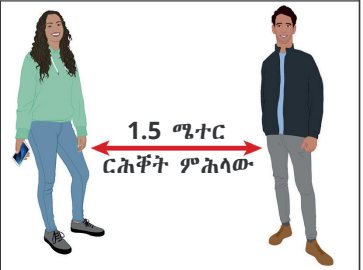
# ኮሮና-ቫይረስ

አብዚ ብዛዕብኡ ከተንብቢ ትኽእሊ ኢኻ፡

- ሕግታት ናይ መንግስቲ • ናይ ኮሮና ምልክታት-ሕግም • መርመራ ምግባር • ክታቦት

አብ ውሽጥን አብ ደገን ዝትግበሩ ምኽሪታት፡

- ኩሉ ጊዜ ካብ ካልኣት ሰባት ናይ 1.5 ሜተር ርሕቕት ሓልው።
- ክሳብ 13 ዓመት ዝዕድሚኦም ቆልዑት ግን ምስ ነንሓድሕዶምን፣ ምስ ልዕሊ ዕድመ ሰባትን ክቀራረቡ ይኽእሉ እዮም።
- ብዝተኻእለ መጠን ዝበዝሕ ጊዜ አብ ገዛ ኮፍ በል።
- አብ ገዛ ኮይንካ ስራሕ፣ ብዘይካ እዚ ብሓቂ ንግዥ ዘይክኣል ምስ ዝኸውን።
- አብ ገዛኻ አብ መዓልቲ እንተተበዘሉ 2 ዝበጽሑ ሰባት ክትቅበል ትኽእል ኢኻ።
- ናብ ዝኾነ ቦታ አብ መዓልቲ እንተተበዘሉ 1 ጊዜ ንምብጻሕ ክትከይድ ትኽእል።



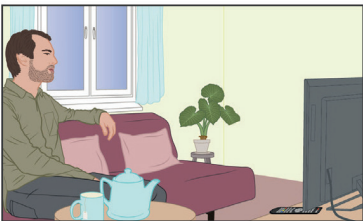
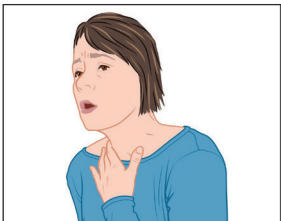
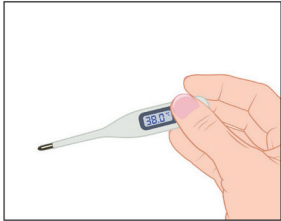
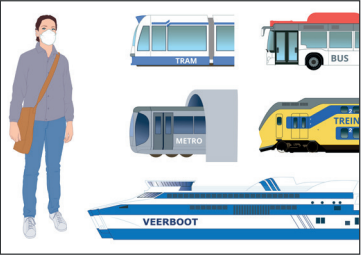
መሸፈኒ-አፍ፡ ግዴታ ንነፍስወከፍ ዕድሚኡ 13 ዓመትን ልዕሊኡን ዝኾነ ሰብ

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



መገሻ፡

- ብሓቂ ኣድላዪ ምስ ዝኸውን ጥራይ ህዝባዊ መጎዓዝያ ተጠቀም። መሸፈኒ-አፍ ግበር።
- ናብ ካልእ ሃገር ኣይትኸድ፣ ብዘይካ እዚ ብሓቂ ኣድላዪ እንተኾይኑ።



ምልክታት-ሕግም ምስ ዝህልወካ፡ መርመራ ግበር፣ ከምኡ እውን አብ ገዛ ኮፍ በል

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

- ልዕሊ 37.5 ዲግሪ
- ናይ ምስትንፋስ ጸገም
- ሃንደበት ክትሸትት ወይ ብመልሓስ ክትጥዕም ዘይምኽኣል
- ምስዓል
- ምህንጻስ
- ዕንጻል ንፋጥ አብ ኣፍንጫኻ
- ቃንዛ ጎረሮ

ረስኒ ወይ ናይ ምስትንፋስ ጸገም ምስ ዝህልወካ፣ ነፍስወከፍ ምሳኻ አብ ገዛ ዝነብር ሰብ እውን አብ ገዛ ኮፍ ክብል ኣለዎ።

ረስኒ ልዕሊ 38 ዲግሪ እዩ።

**መርመራ ምግባር፡**

መርመራ-ኮሮና ብንጻ እዩ።

ንስኻ ብ2 አገባባት ቆጸራ ክትገብር ትክእል ኢኻ።

1. ብመንገዲ ኮምፒተር፡ ናብ መርበብ-ሓበሬታ [www.coronatest.nl](http://www.coronatest.nl) ኪድ። ነዚ ንምግባር ናትካ ደይ.ኸይ.ደይ [DigiD] የድልየካ እዩ።
2. ብመንገዲ ተሌፎን፡ ናብ ቊጽሪ ተሌፎን 0800-1202 ደውል።

ክሳብ ካብ ህዝባዊ አገልግሎት ጥዕና ማለት ኸይ.ኸይ.ደይ [GGD] ውጽኢት እትቐበል ኣብ ገዛ ኮፍ ቦል።

እቲ ውጽኢት ክሳብ እትቐበል እውን በጻሕቲ ክትቐበል ኣይትክእልን ኢኻ። ህዝባዊ አገልግሎት ጥዕና [GGD] መዓስ እንደገና ናብ ደገ ክትወጽእ ከም እትክእል ክሕብረካ እዩ።

**ክታቦት**

ክታቦት ኣንጻር ኮሮና፣ ናይ ኮሮና ቫይረስ ከይሕዘኩም ይከላኸለልኩም።

ነቲ ክታቦት ኣብ ላዕለዋይ ቅልጽምኩም ብመርፍእ ክትቐበሉ ኢኹም።

ክታቦት ድሕሪ ምውሳድኩም፣ ንስኹም በቲ ቫይረስ ኣይትሓሙን ወይ ኸኣ ብዙሕ ኣይትሓሙን።

ኣብ ኔዘርላንድ ካብ 18 ዓመት ንላዕሊ ዝኾኑ ሰባት፣ ክታቦት ንምውሳድ ናይ ዕድመ ደብዳቤ ክቐበሉ እዮም።

ንነፍስወከፍ ሰብ ኣብ ሓደ እዋን ንምክታብ ዝከኣል ኣይኮነን።

እንተድኣ ሪጋኹም በጺሑ፣ ኣብ ገዛኹም ሓደ ናይ ዕድመ ደብዳቤ ክትቐበሉ ኢኹም።

ኣብ መርበብ-ሓበሬታ ናይ ፋሮስ [Pharos]፣ ብዛዕባ እቲ ክታቦት ዝምልከት ተወሳኺ ሓበሬታ ኣሎ።

**ሓኪም**

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

ብዘይካ ኮሮና ካልኣት ጸገማት ጥዕና ኣለዉኹ ድዮም? ስለዚ ብዛዕብኡም እውን ደውሊ። ኣብ ዘድልየኪ እዋን ክንክን ጥዕና ክትረኽቡ ኣገዳሲ እዩ።

ኣብ መርበብ-ሓበሬታ [www.Thuisarts.nl](http://www.Thuisarts.nl) ብዛዕባ ኮሮና ዝምልከት ገና ብዙሕ ሓበሬታ ክትረክብ ትክእል ኢኻ።



**እንተድኣ ብዛዕባ ኮሮና-ቫይረስ ዝምልከቱ ካልኣት ሕቶታት ኣለዉኻ ኮይኖም፡**

ናብ ቊጽሪ 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*

