

ویروس کرونا

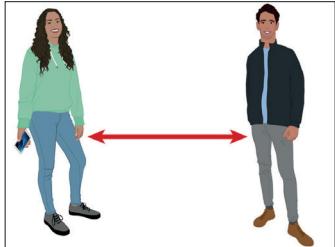
اینجا میتوانید بخوانید:

- قوانین دولت
- مشکلات سلامتی مرتبط به کرونا
- برای آزمایش کردن
- واکسن

توصیه به آلوده نکردن یکدیگر



به کسی دست ندهید



1.5 متر از افراد دیگر فاصله
بگیرید



در صورتیکه در داخل منزل، به
عنوان مثال در خانه یا در دفتر
هستید، پنجره یا دری را باز کنید



هنگامی که به خانه می آید یا به
ملاقات کسی می روید، دست
های خود را با صابون بشویید

کار تا آنجا که ممکن است از خانه کار کنید. اگر مجبور هستید به سر کار بروید، با اتوبوس یا قطار شلوغ سفر نکنید.

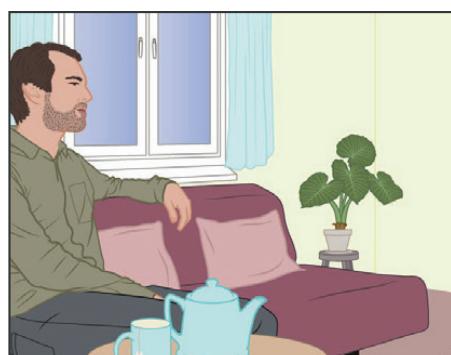
همان شما می توانید از حداکثر چهار مهمن در روز پذیرایی کنید. این قانون برای کودکان تا سن ۱۳ سال اعمال نمی شود.

در صورت بیماری آزمایش انجام دهید و در خانه بمانید
حتی اگر واکسینه شده اید این کار را انجام دهید
تست کرونا انجام دهید و با داشتن ۱ یا چند مورد از این علائم در خانه بمانید:

- بیش از ۳۷.۵ درجه
- مشکل تنفس
- ناگهان حس بو و طعم نداشتن
- سرفه
- عطسه کردن
- آبریزش بینی
- گلو درد



در صورت مبتلا بودن به کرونا
آیا به کرونا مبتلا شده اید؟ پس شما و همه کسانی که با شما در یک خانه زندگی میکنند باید در
خانه بمانید. حتی اگر واکسینه شده اید باید این کار را انجام دهید.
آیا کسی در خانه شما به کرونا مبتلا شده است؟ سپس شما نیز باید در خانه بمانید.



تست کردن
تست کرونا رایگان است.
شما میتوانید از دو طریق قرار ملاقات بگذارید:
1 از طریق اینترنت: به www.coronatest.nl بروید.
باید از DigiD خود کار بگیرید.

2 از طریق تلفن: با شماره 0800-1202 تماس بگیرید.

تا زمانی که نتیجه تست را از GGD دریافت میکنید باید در خانه بمانید.
هچنین تا زمانی که نتیجه تست را دریافت نکرده اید اجازه بازدید
ندارید. GGD به شما خواهد گفت که چه وقت میتواند دوباره
بیرون بروید.

کار

- در صورت امکان نیمی از زمان کار را از خانه کار کنید.
- در صورت امکان با اتوبوس یا قطار شلوغ به محل کار خود سفر نکنید.

مامسک

استفاده از مامسک در مکان های زیر اجباری است:

- در داخل ساختمان ها، مانند مغازه ها و کتابخانه ها
- وقتی شخصی به شما زدیک می شود، مانند آرایشگر یا دکتر
- در تاکسی، تراムوا، اتوبوس، مترو و قطار. همچنین در ایستگاه قطار و در ایستگاه های اتوبوس.
- در فرودگاه و در هوایپا



استفاده نکردن از مامسک در این مکان ها، جریمه ۹۵ یورو را در پی خواهد داشت.

کد QR در بعضی موارد اجباری است

در بعضی جاها به کد QR نیاز دارد.

کد QR را زمانی دریافت میکنید که:

- کاملاً واکسینه شده باشید
- بیماری کرونا را گذشتانده باشید و بهتر شده باشید
- تا 24 ساعت پیش تست منفی داشته باشید

برنامه Coronacheck را در گوشی خود دانلود کنید. کد QR در این برنامه نصب می شود.

کد QR را همچنین میتوانید روی کاغذ دریافت کنید. سپس با شماره ۰۸۰۰ ۱۴۲۱ تماش بگیرید.

واکسن

واکسن ضد کرونا شما را در برابر ویروس کرونا محافظت می کند.

واکسن در قسمت بازوی شما تزریق میشود.

بعد از واکسیناسیون ویروس شما را بیمار نمیکند یا کمتر بیمار میکند.

در هلند، افراد ۱۲ سال به بالا می توانند برای واکسینه شدن درخواست قرار ملاقات کنند.

اطلاعات بیشتر در مورد واکسن را می توان در وب سایت **Pharos** یافت.

پزشک عمومی

هم است که در صورت داشتن علایم کرونا به دکتر مراجعه نکنید.

اول باید از طریق تلفن تماس بگیرید.

آیا مشکل سلامتی به غیر از کرونا دارید؟ به پزشک عمومی مراجعه کنید. هم است که در موقع نیاز دسترسی به مراقبت پزشکی داشته باشید.

برای اطلاعات بیشتر در مورد کرونا به سایت www.thuisarts.nl بروید.

آیا سوالات دیگری در مورد ویروس کرونا دارید:

با شماره ۰۸۰۰-۱۳۵۱ تماس بگیرید.