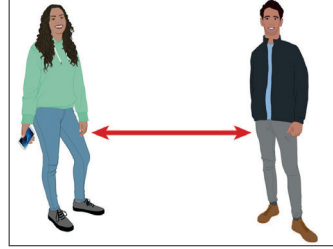


فيروس كورونا

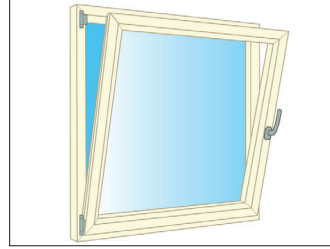
تقرأين هنا حول:
• قواعد الحكومة • الشكاوى عند الإصابة بكورونا • الفحص • اللقاح
نصائح لكي لا ننقل العدوى لبعضنا بعضا



لا تصافح



تباعدا لمسافة 1,5 متر عن
الأشخاص الآخرين. إن ذلك
إلزامي.



هل تتواجد في الداخل، مثلا
في منزلك أو في المكتب؟ افتح
النافذة أو الباب



اغسل يديك بالصابون عندما
تعود إلى المنزل أو تزور
شخصا ما

العمل من المنزل
إذا اضطررت 1,5 للذهاب إلى العمل، تباعد لمسافة متر .

الزيارة
يُسمح لك باستقبال زائرين في اليوم في المنزل كحد أقصى.
اذهب للزيارة لمرة واحدة في اليوم كحد أقصى.
هل ستذهب في زيارة أو ستلقي زيارة؟ أجر فحص كورونا .
حاول البقاء في المنزل بقدر الإمكان.

عند وجود شكاوى: أعمل فحصا وابق في المنزل
افعل ذلك حتى لو كنت قد أخذت التطعيم!
اعمل فحص كورونا وابق في المنزل عند وجود واحدة أو أكثر من هذه الشكاوى:

- أعلى من 37,5 درجة
- صعوبة في التنفس
- فقدان الشم والتذوق فجأة
- سعال
- عطاس
- سيلان الأنف
- ألم في الحلق



عند الإصابة بكورونا
هل أنت مصاب بكورونا؟ يجب عليك عندئذ البقاء في المنزل وعلى كل من في
منزلك البقاء في المنزل. يجب ذلك حتى وإن كنتم مطعمين.

هل هناك شخص في منزلك مصاب بكورونا؟ يجب عليك عندئذ البقاء في المنزل أيضا.



الفحص

فحص كورونا مجاني

يمكنك عمل موعد بطريقتين:

1 على الكمبيوتر: اذهب إلى www.coronatest.nl تحتاج

إلى DigiD.

2 هاتفيا: اتصل بالرقم 1202-0800

ابق في المنزل حتى تصلك النتيجة من مصلحة صحة البلديات GGD.
كما لا يسمح لك باستقبال زيارة حتى تصلك النتيجة. تخبرك
مصلحة صحة البلديات GGD متى يسمح لك بالخروج من جديد.

العمل

إعمل من المنزل لنصف الوقت، إذا أمكن.
لا تستقل حافلة أو قطارا مزدحما عند ذهابك إلى العمل، إذا استطعت ذلك.

كمامة الفم

كمامة الفم إلزامية في اغلب الأماكن مثل:

- في المباني، كالمحلات التجارية والمطاعم والسينمات
- عند اقتراب شخص منك، مثل الحلاق أو الطبيب
- في سيارات الأجرة والترام والحافلة والمترو والقطار. وكذلك في المحطة وفي موقف الترام أو الحافلات
- في المطار وعلى متن الطائرة
- في المدرسة: منذ المجموعة 6 أثناء المشي في الممرات
- يمكن أن تُفرض عليك غرامة تبلغ 95 يورو إذا لم تقم بذلك.



رمز الاستجابة السريعة (QR-code) إجباري في بعض الأحيان

في بعض الأماكن، تحتاج إلى رمز الاستجابة السريعة

تتلقى رمز الاستجابة السريعة إذا

- تم تطعيمك بالكامل
- كنت قد أصبت بكورونا وقد شُفيت منه
- كانت لديك نتيجة اختبار كورونا سلبية مدتها لا تتجاوز 24 ساعة

قم بتنزيل تطبيق Coronacheck على هاتفك. هذا هو المكان الذي تضع فيه رمز الاستجابة السريعة.

يمكنك أيضًا الحصول على رمز على الورق. اتصل عندئذ بالرقم 08001421.



اللقاح

يحميك لقاح كورونا من فيروس كورونا .
تُمنح اللقاح عن طريق حقنة في أعلى الذراع.
لا تمرض أو تمرض بشكل أقل بسبب الفيروس بعد التطعيم.

يمكن للجميع من سن 12 سنة في هولندا عمل موعد.

هناك المزيد من المعلومات حول اللقاح على موقع فاروس Pharos.

طبيب العائلة

من المهم عند وجود شكاوى كورونا
عدم الذهاب إلى طبيب العائلة. اتصل هاتفيا أولا.

هل لديك شكاوى غير شكاوى كورونا؟ يمكنك الذهاب إلى طبيب العائلة كالمعتاد .
من المهم أن تحصل على الرعاية إن كنت تحتاجها.

تجد على الموقع www.Thuisarts.nl

المزيد من المعلومات حول كورونا.



هل لديك أسئلة أخرى حول فيروس كورونا:

اتصل بالرقم: 0800-1351