

ویروس کرونا

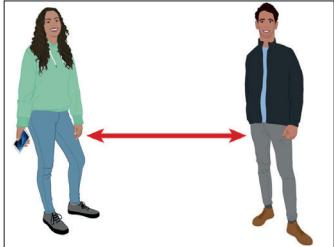
اینجا میتوانید بخوانید:

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

وصیه به آلوده نکردن یکدیگر



به کسی دست ندهید



از دیگران یک و نیم
متر فاصله بگیرید. این اجرای
است.



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

در خانه کار کنید.

اگر بازهم باید به سر کار بروید، یک و نیم متر از دیگران فاصله بگیرید.

مهمان

در خانه می توانید روزانه حداقل دو نفر را ملاقات کنید.

حد اکثر یک بار در روز به دیدن کسی بروید.

آیا شما تزد کسی میروید و یا کسی به دیدن شما می آید؟ تست خود آزمایی انجام دهید.
تا میتوانید در خانه بمانید.

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:

۰ بیش از ۳۷.۵ درجه

۰ مشکل تنفس

۰ ناگهان حس بو و طعم نداشتن

۰ سرفه

۰ عطسه کردن

۰ آبریزش بینی

۰ 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:

۱ از طریق اینترنت: به www.coronatest.nl بروید.

باید از DigiD خود کار بگیرید.

۲ از طریق تلفن: با شماره ۰۸۰۰-۱۲۰۲ 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 بیشتر مکان‌ها اجباری است، مانند:

- ساختمان‌ها، مغازه‌ها، رستوران‌ها و سینماها.
 - وقتی شخصی به شما نزدیک می‌شود، مانند آرایشگر یا دکتر
 - در تاکسی، تراامو، اتوبوس، مترو و قطار. همچنین در ایستگاه قطار و در ایستگاه‌های اتوبوس.
 - در فرودگاه و در هوایپا
 - در مدرسه (دبستان): از کلاس 6 هنگام رفت و آمد در راهروها.
- اگر این کار را نکنید ۹۵ یورو جریمه می‌شوید.



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 باشد

• بیماری کرونا را گذشتانده باشد و بهتر شده باشد

• تا 24 ساعت پیش تست منفی داشته باشد

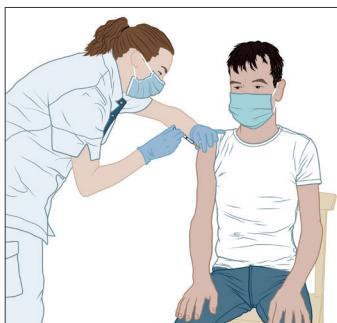
برنامه Coronacheck را در گوشی خود دانلود کنید. کد QR در این برنامه نصب می‌شود.

کد QR را همچنین می‌توانید روی کاغذ دریافت کنید. سپس با شماره 1421 0800 تماس بگیرید.
واکسن

واکسن ضد کرونا شما را در برابر ویروس کرونا محافظت می‌کند.

واکسن در قسمت بازوی شما تزریق می‌شود.

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



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

اطلاعات بیشتر در مورد واکسن را می‌توان 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 0800-1351 تماس بگیرید.