

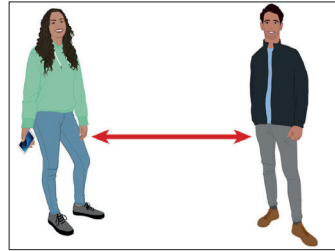
ویروس کرونا

اینجا میتوانید بخوانید:

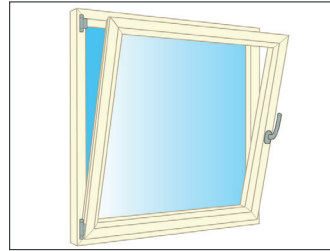
• قوانین دولت • مشکلات سلامتی مرتبط به کرونا • برای آزمایش کردن • واکسن
توصیه به آلوده نکردن یکدیگر



به کسی دست ندهید



از دیگران یک و نیم
متر فاصله بگیرید. این اجباری
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 بازم باید به سر کار بروید، یک و نیم متر از دیگران فاصله بگیرید.

همان

شما می توانید از حداکثر چهار مهمان در روز پذیرایی کنید. این قانون برای کودکان تا سن ۱۳ سال اعمال نمی شود.
حد اکثر یک بار در روز به دیدن کسی بروید.

آیا شما نزد کسی میروید و یا کسی به دیدن شما می آید؟ تست خود آزمایشی 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:

• 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.

همچنین 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.

ماسک

استفاده از ماسک در بیشتر مکان‌ها اجباری است، مانند :

- ساختمان‌ها، مغازه‌ها، رستوران‌ها و سینماها.
- وقتی شخصی به شما نزدیک می‌شود، مانند آرایشگر یا دکتر.
- در تاکسی، تراموا، اتوبوس، مترو و قطار. همچنین در ایستگاه قطار و در ایستگاه‌های اتوبوس.
- در فرودگاه و در هواپیمایا
- 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 دارید.

کد QR را زمانی دریافت میکنید که:

- کاملاً واکسینه شده باشید
- بیماری کرونا را گذرانده 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 می‌شود.

کد QR را همچنین میتوانید روی کاغذ دریافت کنید. سپس با شماره 0800 1421 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 بیمار نمیکند یا کمتر بیمار 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

مهم است که در صورت داشتن علائم 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. مهم 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.