

## مجموعة الإرشادات المتعلقة بالعدوى بفيروس كورونا لسكان فوغان.

المدارس: كل المدارس ورياض الأطفال مغلقة، باستثناء بعض الحالات. متابعة الدروس ستكون بالتواصل بين الطلاب أو أولياء أمور الطلاب والمدرسين إلكترونياً. بإمكانك التواصل مع المدرس المسؤول في حال وجود أي تساؤل.

الحجر الصحي: على الأشخاص العائدين من خارج النروج بعد تاريخ 27 شباط ان يخضعوا للحجر الصحي المنزلي لمدة 14 يوم من تاريخ العودة. وعلى الأشخاص العائدين من جنوب النروج بعد تاريخ 9 آذار ان يخضعوا للحجر الصحي المنزلي لمدة 14 يوم من تاريخ العودة للفوتين.

نرجو من الأشخاص المشمولين بأحكام الحجر الصحي المنزلي احترام الإرشادات والمساهمة في نجاح الجهد العالمي للحد من انتشار العدوى.

الحجر الصحي للمواطنين الأصحاء دون وجود أعراض للمرض، ليس الحجر أو العزلة، إنما عليهم اتباع الاحتياطات اللازمة، وفي حال ظهرت عليهم أعراض المرض من ( زكام، سعال، ارتفاع في درجة الحرارة) عزل نفسه تلقائياً.

عند الفر على أسفل الرابط ستظهر لديك الإرشادات المتعلقة بالحجر الصحي المنزلي للمصابين بالعدوى.

يشمل الحجر الصحي ما يلي:

عدم الذهاب للمدرسة، تجنب السفر، تجنب استخدام وسائل النقل العامة ( الحافلات، سيارات الأجرة، الطائرات، القوارب... الخ)، تجنب الأماكن المزدحمة، عليك مراعاة وجود أشخاص أكثر عرضة للعدوى وكبار السن والمرضى و المصابين بأمراض مزمنة مثل الربو.

يمكن للشخص الاستعانة بالأصدقاء والعائلة للمساعدة في شراء الطعام وباقي الاحتياجات الضرورية. عليك تجنب الذهاب للمتاجر، وإن كان لابد من ذلك عليك تجنب الاحتكاك المباشر مع الآخرين والابتعاد عن التجمعات (ضع في اعتبارك أن موظفي المتاجر عرضة للعدوى أيضاً).

لا زال بإمكانك الخروج والتنزه لكن ليس بمجموعات كبيرة مع الحفاظ على مسافة أمنة.

العزل: العزل المنزلي يعني البقاء في المنزل، وعدم الذهاب إلى المتجر بنفسك. يمكن لطبيبك بالتشاور مع الطبيب المحلي تأمين من يمكنه مساعدتك في عمليات الشراء الضرورية (قد يكون الجار او غيره مثل الخدمة المنزلية).

يرجى الاتصال بالطبيب فقط في حال أعراض مرض شديدة وصعوبة في التنفس على الرقم 116117.

نشكركم على حسن تعاونكم معنا في هذه الفترة الحرجة.

بلدية فوغان.