

CORONAVIRUS - Jura



- مسئولین کانتون به منظور جلوگیری از گسترش بیماری از شما درخواست میکنند تا آنجایی که ممکن میباشد در خانه بمانید و از تماس های اجتماعی خودداری کنید.
- به منظور متوقف کردن ویروس بایستی به دستور العمل های مسئولین احترام گذاشته و به بیمارستان ها اجازه دهید از بیماران خود مراقبت بعمل آورند. این دستور العمل ها از شما و نزدیکان شما محافظت میکند.
- اگر مریض هستید در خانه بمانید و از هر گونه تماس با دیگران پرهیز کنید.
- اگر سرفه میکنید و یا تب دارید، با پزشک خود تلفنی تماس بگیرید. به دستور العمل های پزشک توجه کرده و آنها را انجام دهید.
- اگر حالتان بدتر شد مثلا مشکل تنفسی داشتید و سخت نفس میکشید با پزشک تماس تلفنی برقرار کرده و به دستور العمل های او توجه کنید.
- در رابطه با سوال های پزشکی و یا چنانچه فکر میکنید مریض هستید بایستی با شماره تلفن آن لاین کانتون 0324205171 تماس بگیرید. (در صورت اشغال، مجددا شماره گیری کنید)
- مسئولین از شما درخواست میکنند بغیر از موارد ضروری از خانه خارج نشوید.
- اگر از خانه خارج میشوید از نزدیکی با دیگران و تمامی مکانهای پر جمعیت خودداری کنید.
- باید به اندازه 2 متر از دیگران فاصله بگیرید و هر یک ساعت و همچنین هر بار که وارد خانه میشوید دستان خود را بشوید.
- بنا به دلایل ضروری مثلا خرید مواد غذایی از خانه خارج شوید
- از مراجعه به گیشه ها و سوار شدن در وسایل حمل و نقل عمومی و قطار خودداری کنید.
- برای غذا خوردن، در ابتدا از مواد غذایی موجود در خانه استفاده کنید و در صورت نیاز به خرید مواد غذایی فقط یک نفر و یکبار در هفته از خانه خارج شوید. از رفتن به مراکز خرید در ساعات شلوغ خودداری کنید.
- بایستی برای افراد پیر و سالخورده و یا کسانی که مریض و بیمار هستند خرید کنید و بسته خرید آنها را بمنظور جلوگیری از انتقال ویروس مقابل خانه آنها قرار دهید
- به دیدار افراد پیر و سالخورده و یا افرادی که مریض و رنجور هستند نروید. برای جویا شدن از حال آنها تلفنی با آنها صحبت کنید.
- تمامی فعالیت های اجتماعی و گروهی (مدارس، رستورانها، اماکن ورزشی و مراکز فرهنگی) به حالت تعلیق در میآیند.
- این دستور العمل به مفهوم این ایست که نیاسیتی هیچگونه مراسم جمعی، جشن و اجتماعات (مانند جشن تولد و یا جشن سال نو) را برگزار کنیم و یا در آن شرکت کنید.

- در اوقات فراغت، فقط با سایر افراد خانواده بسر ببرید و خود را با آنها سرگرم کنید.
- در رابطه با فرزندان بایستی به دستورالعمل های که از طرف مدرسه داده میشود عمل کنید.
- برای سرگرم کردن فرزندان، میتوانید با آنها بازی تخته، ورق بازی، کارهای دستی و یا کارهای آشپزی تدارک ببینند.
- در ابتدا سعی کنید فرزندان را در خانه نگهداری کنید. در صورت ضرورت آنها را نزد آشنایان و یا همسایه تان قرار دهید اما آنها را نزد افراد پیر و سالخورده و یا افراد بیمار قرار ندهید.
- تا زمانیکه هنوز محدودیت خروج از خانه وجود ندارد می توانید بصورت فردی برای هواخوری مثلا گردش در جنگل بروید.
- از رفتن به پارک ها و تماس با سایر خانواده های دیگر و کودکان خودداری کنید.
- از اینکه به دستورالعمل ها پی که برای حفاظت از شما و نزدیکانتان و سایر اعضای جامعه وضع شده است، احترام گذارده و رعایت میکنید از شما متشکر هستیم.