

## تشديد الإجراءات الوقائية للحد من إنتشار عدوى الكوفيد-19 في مقاطعة كرونوبيرج

تنتشر عدوى الكوفيد-19 بسرعة كبيرة في مقاطعة كرونوبيرج ولذلك قامت مديرية الصحة العامة بالتعاون مع الأطباء المختصين في مقاطعة كرونوبيرج بالإتفاق على تشديد الإجراءات بالنسبة لسكان وزائرى المنطقة. تكون فعالية هذه الإجراءات الجديدة سارية حتى يوم الـ 26 من نوفمبر/تشرين الثاني وربما يتم تمديدها لفترة أطول. يجب على كل من سكان كرونوبيرج وزائرتها تطبيق التوجيهات الجديدة.

### تشديد التوجيهات في منطقة كرونوبيرج

يتوجب على الجميع تحمل المسؤولية والعمل من أجل الحد من إنتشار العدوى من خلال تطبيق التوجيهات التالية:

الامتناع عن البقاء في الأماكن المغلقة التي قد تزدحم بالناس مثل المتاجر، مراكز التسوق، المتاحف، المكتبات، المسابح ونوادي الرياضة.

لايزال مكاناً الذهاب لمحلات معينة كالصيدلية أو متجر المواد الغذائية للتسوق، ولكن قم بذلك في أوقاتٍ لا تكون فيها هذه الأماكن مزدحمة وتنذّر أن تحافظ على مسافة السلامة بينك وبين الآخرين.

تجنب زيارة الأماكن التي يتواجد فيها الكثير من الناس في نفس الوقت مثل المكتبات، المبني الرياضية، النوادي وحمامات السباحة. لا تلقي بالآخرين في المكتبات أو في مراكز التسوق.

عليك إيجاد طرق أخرى مناسبة لممارسة الرياضة. لا تشمل هذه التوجيهات توجب ممارسة الرياضة لأسباب طبية.

امتنع عن المشاركة في المجتمعات، الحفلات، المعارض، ممارسة الرياضة الجماعية، وحضور المبارايات والمسابقات.

الامتناع عن حضور الفعاليات التي يتجمع فيها عدد كبير من الناس في نفس الوقت بغض النظر عما إن كانت تعقد في أماكن مغلقة أو مفتوحة. تزداد خطورة إنتشار العدوى في هذه الحالات كما أن التنقلات منها وإليها تشكل خطراً على الصحة العامة.

امتناع كل الأشخاص فوق سن الـ15 عن المشاركة في كل أنواع النشاطات الرياضية باستثناء الرياضيين المحترفين وطلاب المدارس الثانوية من فرع الرياضة وكذلك طلاب المدارس الإبتدائية.

امتناع كل الفئات العمرية عن التنظيم والمشاركة في المسابقات الرياضية التي تتطلب الإنقاء بالآخرين والسفر، باستثناء الرياضيين المحترفين.

تزامناً مع قرارات تشديد الإجراءات الوقائية في مقاطعة كرونوبيرج قررت إدارة مقاطعة كرونوبيرج منع التجمعات واللقاءات العامة إن كان عدد المشاركون فيها يزيد عن 50 شخصاً.

الامتناع عن الإخلاط بالأشخاص الآخرين، غير أفراد عائلتك المقربة الذين يسكنون معك في نفس البيت.

-نقصد بالإختلاط هنا، الأشخاص الذين تقابلهم وتكون المسافة بينك وبينهم متراً – متراً ونصف وتكون مدة اللقاء بهم أكثر من 15 دقيقة.

-لا تشمل التوجيهات للقاء الضروري بالأخرين بحكم الفحوصات والمعاينات الطبية مثلًا.

-الامتناع عن ممارسة النشاطات التي لا تسمح لك بالحفاظ على مسافة السلامة الازمة كالجتماعات الخاصة، لقاءات ما بعد العمل، الحفلات، الأعراس، دعوات العشاء وأعياد الميلاد وكذلك زيارة مراكز الرعاية الصحية والجميلية التي لا تكون ضرورية لأغراض طبية.

**يجب على كل النشاطات الاقتصادية في مقاطعة كرونوبييري إتخاذ التدابير الازمة لتسهيل تطبيق التوجيهات العامة الجديدة من قبل كل الأشخاص.**

-نقصد بهذا تحديد عدد الزبائن / الزائرين الذين يقصدون المكان في نفس الوقت، تخصيص أوقات الزيارة وقيام النشاطات بعرض خدماتها إلكترونياً/ رقمياً.

**يجب على كل أصحاب العمل في مقاطعة كرونوبييري إتخاذ التدابير الازمة لتسهيل تطبيق التوجيهات العامة الجديدة من قبل الموظفين.**

-نقصد بهذا حث الموظفين على العمل من بيوتهم ودعم إمكانياتهم لتطبيق العمل عن بعد. يكون من الضروري أيضاً تأجيل رحلات العمل والمؤتمرات والمجتمعات التي تتطلب حضورهم جسدياً.

## **يمكنك الحد من انتشار العدوى والإصابة بالكورونا-19 من خلال تطبيق الخطوات التالية:**

-البقاء في المنزل إن ظهرت عليك الأعراض مهما كانت طفيفة. إجراء تحليل فيروس الكورونا إن لازمتك الأعراض لفترة أكثر من 24 ساعة.

-غسل اليدين بالماء والصابون جيداً وبشكل متكرر يومياً. استعمال معقم اليدين في حال عدم توفر الماء والصابون.

-الامتناع عن ملامسة الوجه والعينين.

-حماية المسنين والفتات المعرضة لخطر الإصابة.

-تطبيق التوجيهات والحفاظ على مسافة السلامة الازمة.