

طرز العمل مواجهه با وضعیت ناشی از ویروس کرونا

- اگر کدام علائم خفیفی دارید خود را در خانه تداوی کنید. اگر کدام علائم جدی مانند نفس‌فیدی پیدا شد یا وضعیت عمومی‌تان ضعیف شد با مرکز صحتی منطقه خود تماس بگیرید. فقط وقتی به مرکز صحتی منطقه خود آمده می‌توانید که پیش‌تر وقت ملاقات داشته باشید. روزهای دوشنبه الی جمعه از ساعت ۷ الی ۱۸ برای مشوره گرفتن در مورد مسایل مربوط به وضعیت ویروس کرونا می‌توانید از طریق نمبر تیلیفون ۰۹ ۸۱۶ ۳۴۶۰۰ به تماس شوید.
- مهدکودک‌ها و صنف‌های پیش‌دبستانی کودکان‌ها باز می‌مانند اما اگر امکان آن را دارید که از اطفال‌تان درخانه مراقبت کنید، آن‌ها را به صنف‌شان روانه نکنید. این مطلب را به رییس مهدکودک یا کودکانستان خبر بدهید.
- متعلمین صنف‌های ۱، ۲ و ۳ می‌توانند به مکتب بروند اما اگر امکان آن وجود دارد همچنان توصیه می‌شود که متعلمین در خانه به تحصیلات خود ادامه بدهند.
- استخرهای آب‌بازی، کتابخانه‌ها، سالن‌های ورزشی و موزیم‌ها تا اطلاع ثانوی بسته می‌باشند.
- به موضوعات و کارهای‌تان تا حد ممکن از طریق تماس تیلیفونی و چت رسیدگی کنید. معلومات تماس: www.espoo.fi/asiointi
- گذرگاه‌های سرحدی بسته هستند و کسی نباید به خارج از فنلاند مسافرت کند. اگر از مسافرت به دیگر کشور به فنلاند برمی‌گردید تا ۱۴ شبانه‌روز در قرنطین خانگی بمانید.
- جمععات عمومی برای بیشتر از ۱۰ نفر ممنوع هستند. این محدودیت همچنین شامل مجامع مذهبی هم می‌شود.
- دولت فنلاند طرز‌العملی را نشر کرده است که بر اساس آن باید افراد بالای ۷۰ سال، از تماس داشتن با دیگر افراد خودداری کنند. دولت قویا توصیه می‌کند که افراد بالای ۷۰ سال از تماس با مجامع و بودن در محل‌های عمومی خودداری کنند. از طریق این توصیه‌ها سعی می‌شود که از اشخاص کلان‌تر در مقابل ابتلا به ویروس کورونا محافظت شود.
- دست‌هایتان را مرتباً بشویید و هنگام سرفه کردن قسمت ساعد دست خود را پیش دهان‌تان بگیرید.
- این محدودیت‌ها برای محافظت از مردم در نظر گرفته شده‌اند و باید رعایت شوند.
- اگر بیمار هستید از خانه بیرون نشوید.

معلومات بیشتر برای اهالی اسپو (Espoo):

(به لسان فنلندی) www.espoo.fi/koronavirus

(به لسان انگلیسی) www.espoo.fi/coronavirus

