

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

تنتشر عدوى الكوفيد-19 بسرعة كبيرة في مقاطعة كرونوبيري ولذلك قامت مديرية الصحة العامة بالتعاون مع الأطباء المختصين في مقاطعة كرونوبيري بالإتفاق على تشديد الإجراءات بالنسبة لسكان وزائري 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 كرونوبيري وزائريها تطبيق التوجيهات الجديدة.

## تشديد التوجيهات في منطقة كرونوبيري

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

**الإمتناع عن البقاء في الأماكن المغلقة التي قد تزدهم بالناس مثل المتاجر، مراكز التسوق، المتاحف، المكتبات، المسابح ونوادي الرياضة.**

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

-تجنب زيارة الأماكن التي يتواجد فيها الكثير من الناس في نفس الوقت مثل المكتبات، المياني الرياضية، النوادي وحمّامات السباحة. لا تلتقي 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 الإجماعات، الحفلات، المعارض، ممارسة الرياضة الجماعية، وحضور المباريات 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.

-امتنع كل الأشخاص فوق سن الـ 15 عن المشاركة في كل أنواع النشاطات الرياضية باستثناء الرياضيين المحترفين وطلاب المدارس الثانوية من فرع الرياضة وكذلك طلاب المدارس الإبتدائية.

-امتنع كل الفئات العمرية عن التنظيم والمشاركة في المسابقات الرياضية التي تتطلب الإلتقاء بالآخرين والسفر، باستثناء الرياضيين المحترفين.

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

**الإمتناع عن الإختلاط بالأشخاص الآخرين، غير أفراد عائلتك المقربة الذين يسكنون معك في نفس البيت.**

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

-لا تشمل التوجيهات الإلتقاء الضروري بالآخرين بحكم الفحوصات والمعاینات الطبية مثلاً.

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

**يجب على كل النشاطات الإقتصادية في مقاطعة كرونوبيري إتخاذ التدابير اللازمة 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 كرونوبيري إتخاذ التدابير اللازمة 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 والاجتماعات التي تتطلب حضورهم جسدياً.

**يمكنك الحد من انتشار العدوى والإصابة بالكوفيد-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.

-الإمتناع عن ملامسة الوجه والعينين.

-حماية المسنين والفئات المعرضة لخطر الإصابة.

-تطبيق التوجيهات والحفاظ على مسافة السلامة اللازمة.