

باهم سالم بمانیم در فورآرلبرگ در زمان کوید ۱۹

ساکنان عزیز در فورآرلبرگ!

ما در حال حاضر در شرایط فوق العاده قرار گرفته ایم و همه تحت تاثیر بحران کوید ۱۹ هستیم. در این شرایط بسیار مهم است که ما باهم یکجا با این ویروس مقابله کنیم.

ما خزان و زمستان را در پیش رو داریم. ما دوباره در فضای درونی بسیار خواهیم بود. در اینجا ما راحت تر نسبت به فضای بیرون مبتلا میشویم. لطفاً به توصیه های جاری خوب توجه کنید، حتی اگر با خانواده، اقوام و یا دوستان خود در خانه دیدار میکنید. در حال حاضر بسیاری در محیط خانواده و دوستان خود مبتلا شده اند. در اینجا نیز از خود و عزیزان خود محافظت کنید.

اقدامات زیر توصیه میشوند.

- حداقل یک متر فاصله را نگه دارید!
- اگر فاصله حداقل را رعایت کرده نمیتوانید از ماسک و یا محافظه دهن و بینی استفاده نمایید!
- دستهای تان را مرتباً بشویید و ضد عفونی کنید!
- سرفه یا عطسه در دستمال کاغذی کنید یا در عوض آن در ارنج خود!
- در صورت بیماری در خانه بمانید!
- در سرفه، حالت دشواری تنفس و یا تب: با داکتر خانوادگی و یا خط تلفون سلامتی ۱۴۵۰ تماس بگیرید!
- به هیچ وجه به نزد داکتر و یا شفاخانه مراجعه کنید!
- اتاق های که در آن تعداد افراد بیشتر وجود دارد بطور منظم هوا را تصفیه کنید!
- اگر با افرادی که ممکن است به ویروس کرونا مبتلا شده باشند تماس برقرار شده است و یا خودتان را مریض احساس میکنید، به دیدار های خانوادگی و یا ملاقات با افراد دیگر نروید!
- در قرنطینه: فرد مریض با هم اتاقی های خود باید تفکیک مکانی داشته باشد!

تماس با خانواده و دوستان ما برای ما انسانها مهم است. با این وجود هم، در حال حاضر باید مراقب ارتباطات اجتماعی خود باشیم و آنها را تا جایکه میتوانیم کاهش بدهیم.

رہا بئیم . زا روش مسؤلانہ تان تشکر ۱۹ فقط با تلاش مشترک میتوانیم در و فرآرلبرگ زا پس بہران کوید!

Landesrat Christian Gantner