

دی کرونا ویروس په هکله معلومات

۱ سړی څنگه کوی شی چی په کرونا ویروس باندی اخته شی ؟

دا ویروس کوی شی چی یو کس نه بل کس ته انتقال ومومی دی مثال په توگه دی توخیدو په وخت کی یا چا سره دی خبرو کولو و یا هم لاس ورکولو په وخت کی.

۲ یو کس څنگه کوی شی چه پوهه شی چه ایا کرونا ویروس لری یا نه ؟

کله چی تاسی په کرونا ویروس باندی اخته کیږی، دی تاسو په بدن کی مختلف نښی پیدا کیږی لکه توخی، خوله اچونه، دستونې خارښت، او تبه دا ټول نښی گریپ (نکام) ته پاتی کیږی، ځنی کسان کی اسهالی هم پیدا کیږی شی، دی ځنی ناروغان حالت ډیر جدی بی، چه تنفسی ستونزی او د سږو سوزښت کیږی.

کله چی سوک په دغه ویروس باندی اخته بی ۱۴ ورځی ته اړتیا شته چی دی کرونا ویروس ناروغی نښی او نښانی ښکاره شی.

۳ ولی کرونا ویروس خطرناکه دی ؟

ډیرو کسانو باندی دا ویروس لږ اغیزه لری. دا ویروس ۱۵ سلنه په دی ناروغی اخته شویو کسانو باندی ډیره اغیزه لری، دغه ناروغانو ته په مختلف ډول باندی استونزی پیدا کیږی دی مثال په توگه تنفسی ستونزی او د سږو سوزښت. تر اوسه هغه کسان چی له دی ناروغی له امله مړ شوی دی دوی یا زاره او یا هم دی پخوا نه په ناروغی اخته کسان دي.

۴ څه باید وکړو کله چی دی کرونا ویروس نښی او نښانی ولرو ؟

که چیری ، سر دردی ، توخی ، نفس تنگی ، ستونی درد، تبه لریی او یا هم په هغه ځایونو کی ژوند کوی چی د کرونا ویروس باندی اخته کسان هم هلته شتون لري، نو باید ډیر ژر له ډاکتر سره اړیکه ونیسی او دی ملاقات وخت واخلي.

هغه کسان چی سر دردی ، توخی ، نفس تنگی ، ستونی درد، تبه لري، باید له نورو خلکو سره لږ اړیکه او یا هم ارتباط ونیسی، دی حد اقل په توگه باید ۱،۵ و یا هم ۲ متر فاصله واخلي. دی امکان په صورت باندی، په کور کی یا هم کوټه کی پاتی شی.

توخی او خوله اچونه کوښښ وکړی چه په رومال کی وکړی او استفاده شوی رومال ډیر ژر دی کثافات سطل کی واچوی. په منظم اساسی شکل باندی لاسونه مینځی (مخصوصا دی تشناب تلو نه ورسته او دی پخلی پخولونه مخکی)

۵ څه کار باید وکړم کله چی دی کرونا په ویروس باندی اخته کسانو سره اړیکه ولرم ؟

کله چی تاسو دی کرونا په ویروس باندی اخته کسانو سره اړیکه ولری، خپل ډاکتر سره او یا هم ستاسو د ژوند کولو په ځای کی دی روغتیا مرکز سره په اړیکه شی، امکان لری چی شمیری مصروفه بی ځکه چی ډیری خلک په ورته وخت کی زنگ وھی.

لطفا په دغه حالت کی دی دولت وزارت دی روغتیا په امور کی دی لاندی شمیره سره اړیکه ونیسی
۰۳۰۳۴۶۴۶۵۱۰۰

کله چی تاسو دی محاجرینو په کمپ کی ژوند کوی، ژر تر ژره دی کمپ مسول ته خبر ورکړی، او همدارنگه خپل دی ژبی کورس، مکتب، کار ځای او یا هم دی کار دی زده کړی ځای ته خبر ورکړی

۶ کرونا ویروس څه اغیزه زموږ په ورځینې او عمومي ژوند باندې لري؟

دی جرمني حکومت دی کرونا په هکله لاندې پریکړې کړی:

ډیری دوکانونه تړل پاتې کړی. اما دا موضوع هغه دوکانونو لپاره چه د هری ورځی دی ژودانه مواد خرڅوی صدق نکوی. دا دوکانونه خلاص پاتې کړی.

ټول ورزشی تاسیسات او دی ورزش او سپورت کولو ځایونه، حوضونه، د ماشومانو دی لوبی ځایونه تړل شوی پاتې کړی. شراب خانې، ډیسکوگانې، تیاترونه، او دی کنسرتون د ترسره کولو ځایونو، میوزیمونه، نندارتونې، سینماگانې، پارکونه، او ټول تفریحی ځایونه، باغ وحشونه، او فاحشه خانې تړل شوی پاتې کړی.

رستورانونه کولی شی چی د سهار له ۶ بجو نه د ماښام تر ۶ بجو پوری فعالیت وکړی.

ټول دینی او مذهبی ځایونه لکه جوماتونه، کلیسا گانې او همداسی دی نورو ادیانو دینی ځایونه تر هغه پوری چی اوضاع برته ښه کړی، اجازه نلری چی خپل دینی او مذهبی مراسموه تر سره کړی.

داخلي او خارجي سفر چی دی تفریح یا رخصتی په هدف باندې وی، چاته اجازه نه ورکول کړی چی سفر وکړی.

هوټلونه کولی شی چی د مهمو دلایلو او غیر تورستی په اساس لاندې کوتی په کرایه باندې ورکړی.

دی بادنورتنبرگ دی ایالت دولت دی کرونا په هکله لاندې پریکړې کړی:

ورکتونونه او ښوونځي تر ۱۸ اپریل د پسرلي رخصتیانو(اوسرن فیرین) تر اخره پوری تړل شوی پاتې کړی.

دی ناروغانو سره په روغتونونو کی لیدل یوازی فوری او عاجل صورت باندې او دی سالمندانو ځایو څخه لیدل، باید د امکان تر حده پور لیر شی.

هغه مراسموه چی تر ۱۰۰ زیاتو گډون کونکی لری ممنوع دی. سربیره پر دی وړاندیز کړی چی هغه مسراسموه چی ډیر مهمه او ضروری ندي باید تر سره نشی

ټول ټولنیزې او غیر ضروری ارتباطات دی امکان تر حده پوری باید کم شی. که هرڅوک دی خپلی ټولنیزې ارتباطات تر نیمه پوری کم کړی، دا یو غټه لاسته راوړنه ده زه موږ لپاره.

نیا گانې او نیکه گانې باید خپل لمسیانونه څخه مواظبت ونکړی، ځکه چی ماشومان دی کرونا ویروس دی انتقالولو یوه ډیره ښه وسیله دي، حتی کی دوی خپله هیڅ نښی او نښانې دی ویروس هم ونلری.

کار ورکونکي باید دی کورنه دی کار کولو زمینه خپل کارمندانو ته مساعد کړی او کاری ساعاتونه کم کړی.

کارکونکی یوازی باید هغه کارونه وکړی چی ډیر مهم او ضروری دي، او راتلونکی اونئ کی باید کوښښ وکړی چی ځان دی کار ځایونو نه لری کړی.

۷ آیا کوی شو چی دی خپل دی ملاقات په معین وختونو باندې، دولتی اداراتو ته لار شو؟

په ډیرو ښارونو کی دولتی ادارات او انجمنونه یا کاملاً تړل شوي دي او ایا هم په محدودو وختونو کی فعالیت کوی.

که چیری تاسو ملاقا وخت او یا هم کوم مهمه موضوع لري، نو باید مخکی له مخکی دی معلومات غوښته وکړی، دی مثال په توگه له تلفون او یا هم له انترنت سایتونونه.

۸ قرنطین دی کور په منخ کی یعنی خه ؟

که چیري تاسو او یا هم ستاسو دی کورني یو غړی په کرونا ویروس باندی اخته شوي یاست، تاسو او یا ستاسو فامیل قرنطین کیري. دا په دی معنی دی چی تاسو خپل کور(کوته چی یو حمام او دی لاس مینخلو خای په کی بی) ۱۴ ورخو لپاره پرینودی نشی.

دا یو ډیر سخت حالت دی، خصوصا کله چی ماشومان په دغه ویروس باندی اخته یی.

دا ډیره مهمه دی چی خپل ارامش حفظ کړي، او خپل دوستان او کورني سره دی تلفون له لاری په اړیکه کی اویسی.

کی خوک دی ستاسو دی ژوند کولو په خای کی په کرونا ویروس باندی اخته شوی یی، دا امکان لری چی یو بخش او یا هم ټول هایم(دی مهاجرینو دی اوسیدو خای) قرنطین شی.

تاسی دی قرنطین کیدو په صورت باندی کولی شی چی خپل دی هایم مسول نه دی انترنت غوښته وکړي او یا هم دی پخلي پخولو په هکله خبری وکړي او معلومات تر لاسه کړي.

دی کرونا په هکله دی عمومی تلفون شمیره

دی روغتیا اداره یو معلوماتی تلفون جوړ کړی او تاسو کولی شی چی دوشنبه او یا هم یکشنبه د سهار لی ۹ بجو نه تر مازدیگر ۱۸ بجو پوری دی کرونا ویروس په هکله معلومات تر لاسه کړي.

د اړیکه شمیره ۰۷۱۱۹۰۴۳۹۵۵۵

دلته دی پشتو په ژبه باندی نوی معلومات تر لاسه کوي شی.

<https://handbookgermany.de/ps/live/coronavirus.html>



Ein Teil dieses Informationsblattes ist übernommen aus einem Informationsblatt der Johanniter Unfall-Hilfe

Projekt „Welcome 2 Baden-Württemberg“

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Asyl-, Migrations- und Integrationsfonds und der UNO Flüchtlingshilfe kofinanziert.



Europäische Union



Deutschland für den UNHCR.