

**Stand 17.3.2020**

## **Informationen des Hessischen Ministeriums für Soziales und Integration zum Coronavirus**

Wir geben Ihnen im Folgenden einige Informationen sowie Hinweise auf Quellen, wo Sie weitergehende aktuelle Informationen erhalten können.

Ende des Jahres 2019 wurde der Weltgesundheitsorganisation (WHO) bekannt gegeben, dass es in Wuhan (China) zu einer Häufung von Lungenerkrankungen mit unbekannter Ursache kam. Wenige Tage später wurde als Ursache ein neuartiges Virus identifiziert. Die durch das Virus verursachte Krankheit (COVID-19) verbreitet sich derzeit weltweit.

### **Wie ist die aktuelle Situation?**

Das Robert-Koch-Institut (RKI) bewertet regelmäßig die Bedeutung für die Gesundheit der Bevölkerung durch das neuartige Virus in Deutschland. Die aktuelle Risikobewertung veröffentlicht das RKI unter

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062).

### **Für Hessen hat die Hessische Landesregierung beschlossen:**

- Um die Verbreitung des Corona-Virus zumindest zu verlangsamen und um Menschen nicht zu gefährden ist es notwendig, die persönlichen Kontakte – im öffentlichen als auch im privaten Bereich – so weit wie möglich zu minimieren.
- Ab Mittwoch, den 18. März schließen alle Einrichtungen, die nicht lebensnotwendig für die Versorgung sind. Geöffnet bleiben u.a. Lebensmittel- und Getränkehandel, Apotheken, Supermärkte, Tankstellen, Baumärkte und Drogerien. Gaststätten müssen ab 18.00 Uhr schließen, öffentliche und private Sportbetriebe, Bibliotheken, Museen, Volkshochschulen schließen. Die vollständige Liste ist unter [www.hessen.de/presse](http://www.hessen.de/presse) abrufbar.
- Ab Montag, 16. März bis vorerst Sonntag, 19. April bleiben hessische Kitas und Kindertagespflegeeinrichtungen geschlossen. Ausnahmen und weitere Infos finden Sie unter [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)
- Ab Montag, 16. März bis vorerst Sonntag, 19. April hessische Schulen geschlossen. Ausnahmen und weitere Infos finden Sie unter [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)

### **Wo erhalte ich allgemeine weitere Informationen zum Coronavirus in Hessen?**

Aktuelle Informationen finden Sie auf der Seite des Hessischen Ministeriums für Soziales und Integration unter folgendem Link: [www.hessenlink.de/2019ncov](http://www.hessenlink.de/2019ncov).

Das Hessische Ministerium für Soziales und Integration hat zudem eine kostenfreie Informationshotline für hessische Bürgerinnen und Bürger eingerichtet.

**Die Rufnummer lautet: 0800 555 4 666 und ist von 8 bis 20 Uhr erreichbar. Anfragen per Mail unter [buergertelefon@stk.hessen.de](mailto:buergertelefon@stk.hessen.de)**

Bei Fragen können sich Bürgerinnen und Bürger auch an ihr zuständiges Gesundheitsamt wenden. Die Kontaktdaten finden Sie hier: <https://tools.rki.de/PLZTool/>.

### **Bewertung bestimmter Risikogebiete**

Das RKI legt unter Berücksichtigung verschiedener Indikatoren (u.a. Erkrankungshäufigkeit, Dynamik der Fallzahlen) Risikogebiete fest, in denen eine fortgesetzte Übertragung von Mensch zu Mensch vermutet wird. Den aktuellen Stand finden Sie hier:

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html) **Was sollten Sie bei der Rückkehr z.B. aus dem Urlaub beachten?**

Wenn Sie aus einem definierten Risikogebiet oder aus einem Land, in dessen Staatsgebiet sich ein Risikogebiet befindet, von einer Reise zurückkehren, achten Sie bitte in den darauffolgenden 14 Tagen besonders sorgfältig auf mögliche Symptome. Eine 14-tägige häusliche Quarantäne wird empfohlen.

#### **Was kann ich vorsorglich selbst tun, um gesund zu bleiben?**

Als Schutzmaßnahme – auch vor der Grippe – sind Bürgerinnen und Bürger dringend dazu aufgefordert, folgende Hygieneregeln einzuhalten:

- häufig und gründlich Hände waschen (auch Kinder und Jugendliche)
- Husten und Niesen nur in ein Papiertaschentuch oder die Armbeuge (auch Kinder und Jugendliche)
- Einmal-Taschentücher verwenden und diese nach jedem Gebrauch in einem Mülleimer entsorgen
- kein Händeschütteln, keine Umarmungen / Wangenkuss
- nicht mit den Händen an Nase, Mund und Augen fassen (vor allem nach Festhalten an Griffen in Bussen oder Benutzen von Türgriffen, die von vielen angefasst werden, aber auch zu Hause)
- Smartphone, Handy, Tablet etc. regelmäßig reinigen/desinfizieren
- grundsätzlich nur eigene Gläser und Besteck benutzen
- Menschenansammlungen konsequent meiden.

#### **Wie verhalte ich mich bei Symptomen?**

Sollten Bürgerinnen und Bürger Krankheitssymptome wie Husten, Fieber oder Atemnot verspüren, sollen sie:

- die **116 -117 anrufen** (Telefonnummer des ärztlichen Bereitschaftsdienstes)
- sich telefonisch an das örtliche Gesundheitsamt wenden
- sich telefonisch an ihre Hausärztin oder an ihren Hausarzt wenden

Diese klären dann mit der anfragenden Person ab, ob eine Infektion mit dem neuartigen Coronavirus wahrscheinlich ist und leiten bei begründetem Verdacht die weitere Diagnostik und Behandlung ein.

Nähere Informationen auch in anderen Sprachen erhalten Sie unter

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

**Derzeit kursieren in den sozialen Medien sehr viele Falschinformationen. Bitte nutzen Sie zu Ihrer Information die oben angegebenen Quellen.**

**Status as of March 17, 2020**

### **Information from the Hessian Ministry for Social Affairs and Integration**

We provide you with the following information as well as suggest resources where you can obtain additional up-to-date information.

At the end of 2019, the World Health Organization (WHO) was notified that there was an accumulation of lung diseases of unknown cause in Wuhan (China). Several days later, a new type of virus was identified as the cause. The disease caused by the virus (COVID-19) is currently spreading worldwide.

#### **What is the current situation?**

The Robert Koch Institute (RKI) regularly evaluates the significance of the novel virus for public health in Germany. The current risk assessment is published by the RKI at [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062).

#### **The Hessian government has determined the following for Hesse:**

To slow down the spread of the coronavirus and not to endanger human lives, it is necessary to minimize personal contact as much as possible, both in the public and private domain. Therefore, all events of 100 participants or more are prohibited.

- From Wednesday, the 18<sup>th</sup> of March, provisionally until Sunday, the 19<sup>th</sup> of April, all facilities or institutions, which are not essential to provide care or supplies, are closed. Food and beverage retail markets, pharmacies, supermarkets, tank stations, building supplies stores and drugstores will remain open. Restaurants must close by 6 p.m.; all public and private sports clubs, libraries, museums, and adult education centers are closed. The complete list can be found at [www.hessen.de/presse](http://www.hessen.de/presse).
- From Monday, March 16<sup>th</sup> to Sunday, April 19<sup>th</sup>, Hessian children's daycare centers remain closed. Exceptions and further information can be found at [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de).
- From Monday, March 16<sup>th</sup> to Sunday, April 19<sup>th</sup> all Hessian schools remain closed. Exceptions and further information can be found at [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de).

#### **Where can I find additional information about the coronavirus in Hesse?**

Current information is available on the web page of the Hessian Ministry for Social Affairs and Integration at the following link: [www.hessenlink.de/2019ncov](http://www.hessenlink.de/2019ncov).

The Hessian Ministry for Social Affairs and Integration has also set up a free information hotline for Hessian citizens.

**The telephone number is: 0800 555 4 666 and is accessible/can be called between 8 am and 8 pm. It can also be contacted by email at [buergertelefon@stk.hessen.de](mailto:buergertelefon@stk.hessen.de).**

Citizens can also contact their local health authority if they have any questions. Contact information can be found at: <https://tools.rki.de/PLZTool/>

### **Assessment of specific risk areas**

The RKI defines risk areas, in which continued human-to-human transmission is suspected, by considering various indicators (e.g. frequency of illness, dynamics of case numbers). You can find the current status at:

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html)

### **What should you be aware of, for example, when returning from vacation?**

If you return from a trip from a defined risk area or from a country in which a risk area is located, please pay attention to possible symptoms in the following 14 days. A 14-day self-quarantine at home is recommended.

### **What can I do as a precaution to stay healthy?**

As a protective measure, including against influenza, citizens are urged to comply with the following basic hygiene:

- Wash hands frequently and thoroughly (including children and adolescents)
- Cough and sneeze only in a paper tissue or your elbow (also children and adolescents)
- Use disposable tissues and dispose of them in a waste receptacle/bin after each use
- No handshakes, no hugs, no cheek kisses
- Do not touch your nose, mouth and eyes (especially after holding handles in buses or using door handles, which are touched by many, but also at home)
- Regularly clean/disinfect your smartphone, mobile phone, tablet, etc.
- Basically/As a rule, use only your own glasses and cutlery
- Consistently avoid crowds

### **What do I do if I have symptoms?**

If you experience symptoms such as cough, fever or shortness of breath, you should:

- call **116 -117** (phone number of the medical on-call service)
- Contact the local health department/authority by phone
- Contact your family or general physician by phone

They will clarify with the inquiring individual whether an infection with the novel coronavirus is likely and, if justified, they will initiate further diagnosis and treatment.

Additional information, also in other languages, can be found at <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

Currently, there is a lot of misinformation circulating in social media. Please use the sources listed above for your information.



بەروار ۲۰۲۰/۳/۱۷

زانباریه‌کانی وه‌زاره‌تی کاروباری کۆمه‌لایه‌تی و کونجاندن له هیسن سه‌باره‌ت به‌ فایرۆسی کورونا :  
لیرمدا نامازه‌ بۆ هه‌ندیک زانیاری و سه‌رچاوه‌ ده‌که‌ین که بتوانن زانیاری به‌رفراوانتر و کارای لیوهریگرن .  
له‌ کۆتایی سالی ۲۰۱۹ ریکخراوی ته‌ندروستی جیهانی (WHO) نامازهی به‌وه‌ کرد که له‌ شاری (هوهان) له  
چین کۆمه‌لیک‌ حاله‌تی هه‌وکردنی سیه‌کان به‌ هۆیه‌کی نادیار به‌دیگراوه .  
دوای چهند رۆژیکی که‌م سه‌لمانیدرا که هۆکاره‌که‌ی فایرۆسیکه‌ تازه‌یه . نه‌و نه‌خۆشیه‌ی که به‌هۆی نه‌م  
فایرۆسه‌وه‌ بلأوده‌بیته‌وه‌ ناوی (کوفید - ۱۹) به‌ شیوه‌یه‌کی خیرا له‌ هه‌موو جیهاندا بلأوده‌بیته‌وه‌ .

بارودۆخه‌که‌ نیتسا چۆنه‌ ؟

په‌یمانگای روبرت - کوخ (RKI) به‌ شیوه‌یه‌کی به‌رده‌وام کاریگه‌ری نه‌م فایرۆسه‌ بۆ سه‌ر ته‌ندروستی  
دانیشتوانی وولاتی نه‌لمانیا هه‌ئه‌سه‌نگینن، نه‌م هه‌ئه‌سه‌نگاندنه‌ به‌ به‌رده‌وامی نه‌م سایتیه‌یا  
بلأوده‌کریته‌وه‌.

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html?jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html?jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062)

حکومه‌تی هه‌ریمی هیسن نه‌م بریارانه‌ی خواره‌وه‌ی داوه :

- بۆ نه‌وه‌ی ریکا له‌ خیرا ته‌شه‌نه‌کردنی نه‌م فایرۆسه‌ بگه‌ریت وه‌ که‌سانی تر نه‌خرینه‌ مه‌ترسیه‌وه‌،  
پییست نه‌کات نزیککردنه‌وه‌ به‌ پیی توانا له‌گه‌ل که‌سانی تردا که‌م بکریته‌وه‌ ( له‌و هه‌مان کاتدا  
له‌گه‌ل ده‌ورویه‌ری خیزانیدا) .

له‌ رۆژی چوارشه‌مه‌وه‌ به‌رواری ۳/۱۸ -ه‌وه‌ هه‌موو دامه‌زراوه‌کان و شوینه‌ گشتیه‌کان که‌ بۆ ژیانی  
رۆژانه‌ی هاوالاتیان گرنگ نین داده‌خرین . ته‌نها کۆگاکانی خواردن و خواردنه‌وه‌ ، ده‌رمانخانه‌کان ،  
سوپه‌رمارکیته‌کان ، بانزینخانه‌ ، بازاری که‌ره‌سته‌ی بینا ، وه‌ بازاره‌کانی که‌لوپه‌لی خاوینی  
ده‌کرینه‌وه‌.

چیشته‌خانه‌کان و شوینه‌ گشتیه‌کان له‌دوای کاتریمیر (۶) ی نیواره‌وه‌ داده‌خرین . شوینه‌کانی وه‌رز  
کردن ، کتیبخانه‌کان ، مۆزه‌خانه‌کان ، قوتابخانه‌کانی (VHS) داده‌خرین . زانیاری زیاتر له‌م  
سایتیه‌دا نه‌دۆزریته‌وه‌ : [www.hessen.de/presse](http://www.hessen.de/presse) .

- له‌ رۆژی دوو شه‌مه‌ به‌رواری ۳/۱۶ مه‌ تا ۴/۱۹ هه‌موو دایه‌نگه‌کان و باخچه‌کانی منالان له‌ هه‌ریمی  
هیسن دانه‌خرین .

بۆ زانیاری سه‌باره‌ت به‌ حاله‌ته‌ تاییه‌ته‌کان له‌م سایتیه‌دا نه‌دۆزریته‌وه‌ : [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)

- له‌ رۆژی دوو شه‌مه‌وه‌ به‌رواری ۳/۱۶ تا ۴/۱۹ هه‌موو خویندنگاکان له‌ هه‌ریمی هیسن دانه‌خرین .

بۆ زانیاری سه‌باره‌ت به‌ حاله‌ته‌ تاییه‌ته‌کان له‌م سایتیه‌دا نه‌دۆزریته‌وه‌ :

[www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)





نەبىت چى بىكەم بۇ نەۋەى خۆم لە قايرۇسەكە بىبارىزم ؟

- بۇ خۇپاراستن لە توشبوون بە قايرۇس نەبىت ھاۋلاتيان پابەندى ئەم نامۇزگارپىيە تەندروستيانە بن :-
- دەستشتنى بەردەوام و راست ( ھەرۋەھا منالان و ھەرزەكاران ) .
- بەكارھىنانى كلىنىكىس و فېيدانى بۇ ناو تەنەكەى خۇل دواى بەكارھىنان .
- دوركەۋتەنەۋە لە تەۋقەكردن، باۋەشپىياداكردن و ماچكردنى سەر رومەت .
- دەستېردن بۇ لووت و دەم و چاۋوت ( بە تايىبەتى ئەگەر پىشتەر دەستت دابوو لە بەشەكانى ناو پاس يان دەسكى دەرگا كە كەسانىكى تىرىش دەستيان لىۋە دابىت و ھەرۋەھا لە مائەۋەش ) .
- ھاندى و تابلىت و جۆرەكانى تر بە بەردەوامى پاكبەكەرەۋەۋە بە دژە بەكتىريا بىسپرە .
- تەنھا پەرداخ و كەۋچك و چەتائى تايىبەت بە خۇت بەكارپىيەنە .
- بىر لەۋە بىكەرەۋە كە بە شوپنە قەرەبالغەكاندا نەرۋىت و نەچىنە ناۋيانەۋە .

چۈن ھەلسۈكەۋت بىكەم ئەگەر نىشانەكانم تيا دەرکەۋت ؟

ئەگەر ھاۋۋلاتيان نىشانەكانى ۋەكو كۆكەۋ بەرزبوونەۋەى پەلى گەرمى لەش و ھەناسە توندبوونيان لە خۇيانا بەدىكرد نەبىت :-

- پەيۋەندى تەلەفۇنى بە ژمارە ۱۱۶ – ۱۱۷ بىكەن . ( ژمارە تەلەفۇنى پزىشكە نامادە باشەكان )
- پەيۋەندى تەلەفۇنى بە بەرپۋەبەراپەتى تەندروستى شارەكەى خۇتەۋە بىكە .
- پەيۋەندى تەلەفۇنى بە پزىشكى خىزانپەكەتەۋە بىكە .

ئەم لايەنەنى سەرۋە ئەگەر ھاۋلاتيان نىشانەكان روون ئەكەنەۋەۋە ئەگەر شك لەۋە بىكرىت كە حالەتى قايرۇسى كرۇناپە ئەۋا ھەنگاۋى تر بۇ پىشكەن و چارەسەرکردن دەگىرپىت .

زانپارى ووردتر بە زمانەكانى تر ئەتوانىت لەم ساپتەۋە ۋەربىگرىت:

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

لەم كاتەدا زانپارى نادروست و ھەلە لە سۇشپال مېدىكانا بالۋنەكرىنەۋە. تىكايە ناگادارپەۋە زانپارىكەانت تەنھا لەم سەرچاۋانەى كە لىرەدا ناۋبراۋن ۋەربىگرە .

**Stan na dzień 17.3.2020**

## **Informacje Ministerstwa Spraw Społecznych i Integracji Hesji na temat koronawirusa**

Poniżej podajemy kilka informacji wraz z odniesieniami do źródeł, w których można uzyskać dalsze aktualne informacje.

Pod koniec 2019 r. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) została poinformowana, że w Wuhan (Chiny) doszło do wzrostu liczby przypadków zachorowań na choroby płuc o nieznanym przyczynie. Kilka dni później, jako przyczynę zidentyfikowano nowy typ wirusa. Choroba wywoływana przez wirusa (COVID-19) rozprzestrzenia się obecnie na całym świecie.

### **Jak wygląda obecna sytuacja?**

Instytut Roberta Kocha (RKI) regularnie ocenia znaczenie tego nowego wirusa dla zdrowia publicznego w Niemczech. Aktualna ocena ryzyka jest publikowana przez RKI na stronie

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062).

### **Dla Hesji rząd krajowy Hesji postanowił:**

- w celu spowolnienia rozprzestrzeniania się koronawirusa i nie stwarzania zagrożenia dla ludzi, konieczne jest możliwie maksymalne ograniczenie kontaktów osobistych - zarówno w sferze publicznej, jak i prywatnej.
- od środy 18 marca zamknięte będą wszystkie instytucje, które nie są niezbędne dla zaopatrzenia w artykuły konieczne do życia. Sklepy z żywnością i napojami, apteki, supermarkety, stacje benzynowe, markety budowlane i drogerie pozostaną otwarte. Restauracje muszą być zamknięte od godz. 18.00, publiczne i prywatne obiekty sportowe, biblioteki, muzea, ośrodki kształcenia dorosłych będą zamknięte. Pełna lista jest dostępna na stronie [www.hessen.de/presse](http://www.hessen.de/presse).
- Od poniedziałku 16 marca do niedzieli 19 kwietnia zamknięte będą heskie ośrodki dziennej opieki nad dziećmi. Wyjątki i dalsze informacje można znaleźć na stronie [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)
- Heskie szkoły będą zamknięte od poniedziałku 16 marca do niedzieli 19 kwietnia. Wyjątki i dalsze informacje można znaleźć na stronie [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de).

### **Gdzie mogę uzyskać więcej ogólnych informacji na temat koronawirusa w Hesji?**

Aktualne informacje można znaleźć na stronie internetowej Ministerstwa Spraw Społecznych i Integracji Hesji pod następującym linkiem: [www.hessenlink.de/2019ncov](http://www.hessenlink.de/2019ncov)

Heskie Ministerstwo Spraw Społecznych i Integracji utworzyło również bezpłatną infolinię dla obywateli Hesji.

**Numer telefonu: 0800 555 4 666 czynny w godzinach od 8.00 do 20.00. Adres emailowy: [buergertelefon@stk.hessen.de](mailto:buergertelefon@stk.hessen.de)**

Obywatele mogą zwracać się z pytaniami również do właściwego urzędu ds. zdrowia (Gesundheitsamt). Dane kontaktowe można znaleźć tutaj: <https://tools.rki.de/PLZTool/>



### **Ocena niektórych obszarów ryzyka**

RKI określa obszary ryzyka, z uwzględnieniem różnych wskaźników (m.in. częstotliwość występowania choroby, dynamikę liczby przypadków), w których istnieje podejrzenie dalszego przenoszenia się choroby z człowieka na człowieka. Aktualny stan można znaleźć tutaj: [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html)

### **Na co należy zwrócić uwagę po powrocie, na przykład z wakacji?**

W przypadku powrotu z podróży z określonego obszaru ryzyka lub z kraju, na którego terytorium znajduje się obszar ryzyka, należy zwrócić szczególną uwagę na ewentualne objawy w ciągu kolejnych 14 dni. Zaleca się przeprowadzenie 14-dniowej kwarantanny domowej.

### **Co mogę zrobić samemu, aby zachować zdrowie?**

Zapobiegawczo - również przed gripą – wzywa się usilnie obywateli do przestrzegania następujących zasad higieny:

- myjemy często i dokładnie ręce (także dzieci i młodzież)
- kaszemy i kichamy tylko do papierowej chusteczki lub w zgięcie łokcia (także dzieci i młodzieży)
- używamy chusteczek jednorazowych i wyrzucamy je po każdorazowym użyciu do kosza.
- rezygnujemy z uścisków dłoni, objęć / pocałunków w policzek
- unikamy dotykania nosa, ust i oczu (zwłaszcza po wcześniejszym trzymaniu uchwytów w autobusach lub klamek w drzwiach, które są dotykane przez wiele osób, a także w domu)
- regularnie czyścimy/dezynfekujemy smartfony, telefony komórkowe, tablety itp.
- używamy zasadniczo tylko własnych okularów i sztućców
- Konsekwentnie unikamy tłumów

### **Jak postępować w przypadku pojawienia się objawów?**

Obywatele, którzy stwierdzili u siebie objawy, takie jak kaszel, gorączka lub duszności, powinni:

- **zadzwoić pod numer 116 -117** (pogotowie)
- skontaktować się telefonicznie z właściwym urzędem ds. zdrowia (Gesundheitsamt)
- skontaktować się telefonicznie z lekarzem rodzinnym

Te jednostki mają za zadanie wyjaśnić, czy prawdopodobna jest infekcja koronawirusem, i jeśli podejrzenie jest uzasadnione, wszczynają dalszą diagnozę i leczenie.

Dalsze informacje, również w innych językach, są dostępne na stronie

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>.

**Obecnie w mediach społecznościowych krąży wiele błędnych informacji. Dlatego prosimy korzystać z wyżej wymienionych źródeł informacji.**

تاریخ وضع: 17.03.2020

### معلومات وزارت امور اجتماعی و یکپارچه سازی ایالت هسن در باره ویروس کرونا

در ذیل ما برخی از معلومات و رهنمایی هایی در باره منابعی که از آنها معلومات بیشتر دریافت می توانید کنید را به شما می دهیم. پایان سال 2019 به سازمان جهانی صحت اطلاع داده شد که در ووهان (چین) افزایش بیماریهای ریوی با علل ناشناخته شده، دیده می شود. چند روز بعد از این گزارش علت این بیماریها ویروس در نوع خود تازه مشخص می شود. این بیماری (کوویید - 19) به علت ویروس در سطح جهانی در حالت انتشار می باشد.

### وضعیت کنونی چگونه است؟

انستیتیوت روبرت - کوخ (ارک) اهمیت این ویروس تازه نوع برای صحت و سلامتی شهروندان در آلمان را بررسی می کند. بررسی تازه خطر این ویروس را (ارک) در صفحه اینترنتی خودش اعلان می دارد:

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062).

### برای ایالت هسن، حکومت ایالتی هسن این تصویب را اتخاذ کرده است که:

- برای این که حد اقل، انتشار ویروس - کرونا از سرعت بیفتد و برای این که انسانها به خطر مواجه نشود، لازم است تا امکان دارد، از تماس با اشخاص - هم در ملاء عام و هم خصوصی - کاسته شود.

- سر از روز چهارشنبه، 18 مارچ همه موسساتی که برای تأمین احتیاجات حیاتی نیستند، دست از کار می کشند و بسته اند. از این قاعده، مغازه های خوارکه و نوشابه فروشی، دواخانه ها، سوپر ماکیت ها، بنزین گاهها برای موتر، مغازه های فروش مواد ساختمانی و داروفروشی های بزرگ، مستثنی بوده و باز می باشند. رستوران ها (مهمانخانه ها) باید از ساعت 6 عصر به بعد باید از کار دست کشیده و بسته کنند، باشگاههای شخصی و دولتی ورزش، کتابخانه ها، موزیم ها، مدارس عالی آموزش بزرگسالان بسته می باشند. فهرست کامل را می توانید در صفحه اینترنتی: [www.hessen.de/presse](http://www.hessen.de/presse) ملاحظه کنید.

- سر از روز دوشنبه، 16 مارچ تا موقتاً یکشنبه، 19 مارچ کودکانهای ایالت هسن و پرورشگاههای کودکان بسته می باشند. استثناء از این قاعده و معلومات مزید در این باره را می توانید در صفحه اینترنتی زیر به دست آورید:

[www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)

- سر از روز دوشنبه، 16 مارچ تا موقتاً یکشنبه، 19 مارچ مکاتب (مدارس) ایالت هسن بسته می باشند. استثناء از این قاعده و معلومات مزید در این باره را می توانید در صفحه اینترنتی زیر به دست آورید:

[www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)

### در کجا می توانم معلومات عمومی مزید در باره ویروس کرونا را در ایالت هسن به دست آورم؟

معلومات تازه در باره این ویروس را شما می توانید در صفحه اینترنتی وزارت امور اجتماعی و یکپارچه سازی ایالت هسن در این لینک به دست آورید:

[www.hessenlink.de/2019ncov](http://www.hessenlink.de/2019ncov).

وزارت امور اجتماعی و یکپارچه سازی ایالت هسن گزشته از این، خط تلفنی بیست و چهار ساعته را برای دادن معلومات به شهروندان ایالت هسن اختصاص داده است.

شماره تلفن: 0800 555 4 666 و به این شماره از ساعت 8 صبح تا 8 شب می توانید زنگ بزنید. پرسشها و گفته هایتان را می توانید به ایمیل [buergertelefon@stk.hessen.de](mailto:buergertelefon@stk.hessen.de) بفرستید.

اگر شهروندان سوال داشتند می توانند به اداره صحتی مربوطه‌شان رجوع بکنند.  
معلومات در باره این اداره را می توانید از این صفحه اینترنتی به دست آورید: <https://tools.rki.de/PLZTool/>.

#### ارزیابی برخی از کشورها/مناطق خطر

(ارک) با مدنظرگیری عوامل مختلف (از آن جمله افزایش بیماری، پویایی شمارموارد) مناطق خطر که در آن انتقال پی در پی از یک انسان به انسان دیگر گمان می رود، را تثبیت می کند. وضعیت کنونی را در این صفحه اینترنتی می توانید دریابید:

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html)

#### در برگشت از مرخصی به چه چیزهایی مثلاً باید توجه بکنید؟

هرگاه از یک منطقه ای مشخص خطرزا و یا از کشوری که در قلمرو آن مناطق خطرزا هست، از سفرتان برگشته اید، لطفاً در 14 روز بعد از برگشت از سفرتان، توجه خاصی به نشانه بیماری ممکنه داشته باشید، که با این حال، ما قرنطینه 14 - روزه را به شما توصیه می کنیم.

#### من خودم از نگاه وقایه چه می توانم بکنم، تا سالم بمانم؟

آنچه از تدابیری که برای حفاظت - همچنان از گریب - از شهروندان تقاضا می شود که مراعات بکنند، رعایت قواعد نظافت صحتی زیر است:

- مرتب و اصولی شستن دستانتان (کودکان و جوانان شستن را همچنان مراعات بکنند)
- سرفه کردن و عطسه زدن فقط به روی کاغذ بینی و یا در میان خمیدگی آرنجتان (کودکان و جوانان نیز این نکته را مراعات بکنند)
- از کاغذ یکبار - مصرف استفاده بکنید و پس از مصرف، آن را به زباله دانی بیاندازید.
- دست به کسی ندهید، کسی را به آغوش نکشید / از روی کسی نبوسید.
- دستانتان را به بینی و دهن و چشمانتان تماس ندهید (به خصوص پس از آن که از دستگیره در اتوبوس برای استوار ماندن توازن و یا دستگیره دروازه در اتوبوس و هم در خانه که بسیاری از مردم به آنها دست می زنند، استفاده می کنید)
- اسمارت فون، گوشی همراه، تابلت و غیره را همواره پاک کنید / ضد عفونی کنید.
- اصولاً از گیلان و قاشق و کارد و پنجه خودتان استفاده کنید
- از رفتن به گردهمایی مردم جداً خود داری بکنید



در صورتی که نشانه بیماری این مرض را مشاهده می‌کنم چه باید بکنم؟

در صورتی که شهروندان نشانه بیماری، مانند: سرفه کردن، تب و یا تنگی نفس را احساس می‌کنند باید:

- به شماره **116-117** زنگ بزنند (به شماره تلفون پزشکان آماده خدمت)
- تلفونی به اداره صحت منطقه تماس بگیرند
- تلفونی با آقا/خانم دکتر خانگی خودشان تماس بگیرند

این مراجع موضوع را بعداً با فرد تلفون کننده در میان می‌گذارند، که آیا وی دچار ویروس کرونا شده است و در صورتی که در این باره ظن داشته باشند، به تشخیص و درمان بیماری او ادامه می‌دهند.

برای معلومات بیشتر همچنان به زبانها دیگر از این صفحه انترنتی استفاده کنید:

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

در حال حاضر در شبکه های اجتماعی معلومات غلط دیده می‌شود. لطفاً برای به دست آوردن معلومات درست از صفحات انترنتی که ما توصیه کرده ایم، استفاده ببرید.



## Stand 17.3.2020

### معلومات وزارة الشؤون الإجتماعية والإندماج في هيسين عن فيروس كورونا

نقدم إليكم فيما يأتي بعض المعلومات والإرشادات عن مصادر تستطيعون الحصول من خلالها على معلومات جديدة. أعلنت منظمة الصحة العالمية (WHO) في نهاية 2019، أنه ظهر في مدينة ووهان (الصين) التهابات رئوية حادة لأسباب غير معروفة، ثم بعد بضعة أيام تم تحديد السبب على أنه فيروس من نوع جديد. انتشر المرض المُتسبب به الفيروس (كوفيد-19) في الوقت الحالي على مستوى العالم.

### كيف يبدو الوضع الحالي؟

يُقيم معهد روبرت-كوخ (RKI) بتقييم تأثير الفيروس المستجد على صحة المواطنين في ألمانيا، كما ينشر معهد روبرت-كوخ تقييم المخاطر تحت الرابط الآتي:

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062)

### قررت حكومة مقاطعة هيسن الآتي:

- من أجل أن يتم العمل على الأقل على تباطؤ إنتشار فيروس كورونا كي لا يتعرض الناس للخطر، فإنه من الضروري، أن يكون التواصل الشخصي في الأماكن العامة وفي المجالات الخاصة قليلاً قدر الإمكان.
- إعتباراً من يوم الأربعاء الواقع بتاريخ 18 مارس تغلق كل المؤسسات غير الضرورية لتأمين مستلزمات الحياة. وتبقى مفتوحة متاجر بيع المواد الغذائية، ومتاجر المشروبات والصيدليات والسوبرماركت ومحطات الوقود ومتاجر مواد البناء ومتاجر العطارة. تغلق المطاعم بعد الساعة السادسة مساءً 18.00، وتغلق الأماكن العامة والنوادي الخاصة للرياضة والمكتبات والمتاحف والمدارس العليا الشعبية. تجد قائمة كاملة لأسماء هذه الأماكن تحت الرابط

الآتي: [www.hessen.de/presse](http://www.hessen.de/presse)

- إعتباراً من يوم الإثنين 16 مارس وحتى مبدئياً تاريخ 19 أبريل تبقى رياض الأطفال ومؤسسات الرعاية النهارية بالأطفال مغلقة. تجدون الاستثناءات ومعلومات أخرى إضافية تحت الرابط الآتي:

[www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)

- إعتباراً من يوم الإثنين 16 مارس وحتى مبدئياً تاريخ 19 أبريل تُغلق كل المدارس في هيسن، تجدون الاستثناءات ومعلومات أخرى إضافية تحت الرابط الآتي: [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)

### من أين أحصل على معلومات عامة حول فيروس كورونا في هيسن؟

تستطيع الحصول على معلومات حديثة على الموقع الإلكتروني لوزارة الشؤون الإجتماعية والإندماج في هيسن باستخدام الرابط الآتي: [www.hessenlink.de/2019ncov](http://www.hessenlink.de/2019ncov)



لقد خصصت وزارة الشؤون الإجتماعية والإندماج في هيسن خطأ ساخناً مجانياً من أجل تقديم المعلومات للمواطنين والمواطنين في هيسن.

الرقم هو: 0800 555 4 666 ويمكن الإتصال عليه من الساعة 8 حتى الساعة 20. يمكن الاستفسار عن طريق الأيميل

على العنوان: buergertelefon@stk.hessen.de

تستطيع المواطنين والمواطنون أن يتوجهوا أيضاً إلى مديرية الصحة المختصة في حال وجود أسئلة.

تستطيع الحصول على معلومات باستخدام الرابط الآتي: <https://tools.rki.de/PLZTool/>

### تقييم المناطق المنتشرة فيها الفيروس (مناطق خطرة)

يضع معهد روبرت-كوخ مؤشرات عديدة لمناطق الخطر تحت الإعتبار (من ضمنها حالات تكرار الإصابة، حركية أعداد الحالات) و التي يُحتمل فيها نقل متتالي من إنسان لإنسان آخر. تجد معلومات عن الحالة الراهنة تحت الرابط الآتي:

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html)

### ماذا يجب أن تُراعي عند العودة على سببيل المثال من العطلة؟

عندما تعود من رحلة كنت فيها في إحدى المناطق المحددة كمناطق خطر، أو من أي مكان في البلد الواقع ضمن نطاق الخطر، انتبه في الأيام الأربعة عشر التالية بعناية خاصة إلى الأعراض المحتمل ظهورها. ينصح بإتباع فترة حجر صحي منزلية لمدة 14 يوماً.

### ماذا أستطيع أن أفعل من باب الحيطة لأبقى سليماً؟

من باب الإجراءات الوقائية وكذلك بالنسبة للإنفلونزا، يُطلب من المواطنين والمواطنين ضرورة مراعاة القواعد الصحية الآتية.

- غسل اليدين بشكل متكرر ومستفيض (كذلك الأطفال والشباب).
- السعال والعطاس في مناديل الجيب أو في الذراع بعد ثنية (كذلك الأطفال والشباب).
- استخدام مناديل الجيب مرة واحدة والتخلص من المنديل بعد الاستخدام مباشرة بإلقاءه في سلة المهملات.
- عدم المصافحة، وعدم المعانقة / تقبيل الوجنتين.
- عدم لمس الأنف والعم والعينين بالأيدي (وقبل كل ذلك بعد أن تكون قد لمست مسكات التثبيت في الباصات أو قبضات الأبواب والتي يمكن أن يكون قد لمسها العديد من قبلك، وكذلك الحال في البيت).
- التنظيف / التعقيم الدوري لأجهزة الموبايل أو الأجهزة الهاتفية الذكية أو التابلت.
- استخدم فقط الكاسات الزجاجية أو أدوات الطعام الخاصة بك.
- تجنب الأماكن المزدحمة بالتجمعات البشرية.



### كيف أتصرف عند وجود أعراض؟

ينبغي على المواطنين والمواطنات عند الشعور بوجود أعراض مثل السعال، أو الحرارة أو ضيق التنفس القيام بالآتي:

• الاتصال بالرقم 116-117 (رقم هاتف خدمة الطوارئ الطبية)

• التوجه هاتفياً إلى دائرة الصحة في المنطقة

• التوجه هاتفياً إلى طبيب/طبيب الأسرة

هؤلاء يقومون بتوضيح الموقف مع الشخص المتصل، فيما إذا كنت هناك احتمال إصابة بفيروس كورونا المستجد، ويقومون

في حال وجود اشتباه بمتابعة التشخيصي والعلاج.

تحصل على معلومات أكثر تفصيلاً و أيضاً بلغات أخرى تحت الرابط الآتي:

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

في الوقت الراهن يوجد ترويج كبير لمعلومات خاطئة عبر وسائل التواصل الاجتماعي. الرجاء استخدام المصادر المذكور

أعلاه لمعلوماتك الشخصية.

**По состоянию на 17.3.2020**

### **Информация Министерства социального развития и интеграции Гессена о коронавирусе**

Ниже мы предоставляем вам информацию, а также ссылки на источники, из которых вы можете получить дополнительную актуальную информацию.

В конце 2019 года Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) была проинформирована о том, что в Ухане (Китай) произошла вспышка легочных заболеваний с неустановленной природой. Через несколько дней в качестве источника был идентифицирован новый тип вируса. В настоящее время болезнь, вызванная вирусом (КОВИД-19), распространяется по всему миру.

#### **Какова нынешняя ситуация?**

Институт Роберта Коха (ИРК) регулярно оценивает влияние нового вируса на состояние здоровья населения Германии. Текущая информация об уровне риска опубликована ИРК по ссылке:

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html?jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html?jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062)

#### **Правительство земли Гессен приняло решение:**

- В целях снижения темпов распространения коронавируса и защиты населения, необходимо максимально сократить личные контакты - как в государственной, так и в частной сфере .

- Со среды 18 марта, все объекты, не являющиеся необходимыми для жизнеобеспечения населения, будут закрыты. Продовольственные магазины, аптеки, супермаркеты, автозаправочные станции, строительные магазины и аптеки, будут работать в обычном режиме. Рестораны будут закрываться в 18.00 часов, общественные и частные спортивные сооружения, библиотеки, музеи, образовательные центры будут закрыты.

Полный список доступен по ссылке : [www.hessen.de/presse](http://www.hessen.de/presse)

- С понедельника, 16 марта до воскресенья 19 апреля, гессенские детские сады и учреждения по уходу за детьми будут закрыты. Исключения и дополнительную информацию можно найти на сайте [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de).

- Гессенские школы будут закрыты с понедельника 16 марта до воскресенья 19 апреля. Исключения и дополнительную информацию можно найти на сайте [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de).

#### **Где я могу получить дополнительную информацию о коронавирусе в Гессене?**

Текущую информацию можно найти на сайте Министерства социального развития и интеграции Гессена по следующей ссылке:

[www.hessenlink.de/2019ncov](http://www.hessenlink.de/2019ncov)

Министерство социального развития и интеграции Гессена также организовало бесплатную "горячую линию" для граждан Гессена, работающую с 8.00 утра до 20.00 вечера.

Телефонный номер: 0800 555 4 666



Граждане также могут обратиться в местное отделение здравоохранения, если у них возникнут какие-либо вопросы. Контактные данные можно найти на сайте:

<https://tools.rki.de/PLZTool/>

### **Оценка определенных зон риска**

ИРК определяет зоны риска, в которых существует подозрение на продолжение распространения инфекции от человека к человеку, с учетом различных показателей (например, частота заболеваний, динамика роста числа случаев). Информацию о текущем состоянии можно найти по ссылке:

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html).

### **О чем вам следует знать, например, при возвращении из отпуска?**

Если вы возвращаетесь из поездки установленной зоны риска или из страны, на территории которой находится зона риска, пожалуйста, обратите особое внимание на возможные симптомы в течение следующих 14 дней. Рекомендуется 14-дневный домашний карантин.

### **Что я могу сделать сам в качестве мер предосторожности, чтобы оставаться здоровым?**

В качестве меры защиты, в том числе и от гриппа, граждан в срочном порядке просят соблюдать следующие гигиенические правила:

- Мойте руки часто и тщательно (также дети и подростки)
- Кашляйте и чихайте только в бумажный носовой платок или в локоть (также дети и подростки)
- Используйте одноразовые салфетки и утилизируйте их в мусорное ведро после каждого использования
- Избегайте рукопожатий, объятий, поцелуев
- Не прикасайтесь руками к носу, рту и глазам (особенно после того, как вы держались за поручни в автобусах или дверные ручки, к которым прикасались многие, но также и дома)
- Регулярно очищайте/дезинфицируйте смартфон, мобильный телефон, планшет и т.д.
- Используйте только свои собственные бокалы и столовые приборы
- Избегайте большого скопления людей.

### **Как мне действовать, когда появляются симптомы?**

В случае, если граждане чувствуют такие симптомы болезни как кашель, лихорадка или одышка, им следует:

- звонить по номеру 116 - 117 (номер телефона дежурной медицинской службы)
- связаться по телефону с местным департаментом здравоохранения
- связаться по телефону с семейным врачом

Дополнительную информацию, в том числе и на других языках, можно получить по адресу <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>.

В настоящее время в социальных сетях распространяется большое количество дезинформации. Просьба использовать вышеперечисленные источники для получения достоверной информации.

Güncelleme 18.3.2020

### **Hessen Sosyal ve Entegrasyon İşleri Bakanlığının Koronavirüs hakkında verdiği bilgiler**

Sizin için burada bazı bilgilere, ayrıntılı güncel bilgilere ulaşabileceğiniz kaynaklara işaret etmek isteriz.

2019 yılı sonlarında Dünya Sağlık Organizasyonu'na (WHO), Wuhan (Çin)'de meçhul sebeplerden dolayı akciğer hastalıklarının artışı bildirilmişti. Bir kaç gün sonra sebep olarak yeni bir virüs tanımlanmıştır. Virüsün neden olduğu hastalık (COVİD-19) şu an dünya çapında bazı bölgelere yayılmaktadır.

### **Güncel vaziyet ne durumda?**

Robert-Koch-Enstitüsü (RKI) düzenli olarak Almanya'daki yeni virüsün toplumun sağlığı için önemini değerlendirmektedir. RKI güncel risk değerlendirmesini alttaki adresten yayınlamaktadır  
[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062).

### **Hessen Eyalet Hükümetinin Hessen için kararlaştırdıkları:**

- Koronavirüsün yayılmasını en azından yavaşlatmak ve insanları bulaşma tehlikesinden korumak adına - kamusal olsun özel alanda olsun - şahsi irtibatlar mümkün oldukça kısıtlanmalıdır.

- Carşamba, 18 Mart'dan itibaren hayati önemi olmayan bütün tesisler tedbir önlemleri olarak kapanacak. Günlük ihtiyaçları karşılamak için acık olacak kurumlar: Bakkallar ve süper marketler, içecek pazarları, eczaneler, benzin istasyonları, yapı malzeme mağazaları (Baumärkte) ve kozmetik, sağlık ve temizlik ürünleri satan mağazalar. Restoranlar saat 18'den itibaren kapanacak. Ayrıca kamu ve özel spor işletmeleri, kütüphaneler, müzeler ve halk eğitim kurumları da kapanacak. Tam listeye [www.hessen.de/presse](http://www.hessen.de/presse) link üzerinden ulaşabilirsiniz.

- Pazartesi, 16 Mart ile şimdilik Pazar, 19 Nisan arası Hessen Çocuk Yuvaları ve Çocuk Bakım Kurumları kapalı kalacaktır. İstisnalara ve ayrıntılı bilgiye buradan ulaşabilirsiniz [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)

- Pazartesi, 16 Mart ile şimdilik Pazar, 19 Nisan arası Hessen okulları kapalı kalacaktır. İstisnalara ve ayrıntılı bilgiye buradan ulaşabilirsiniz [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)

### **Hessen'de Koronavirüs hakkında genel bilgiye nereden ulaşabilirim?**

Güncel bilgilere Hessen Sosyal ve Entegrasyon İşleri Bakanlığının internet sayfasında bu linkten ulaşabilirsiniz: [www.hessenlink.de/2019ncov](http://www.hessenlink.de/2019ncov).

Hessen Sosyal ve Entegrasyon İşleri Bakanlığı ayrıca Hessen vatandaşları için ücretsiz bir bilgilendirme çağrı merkezini tesis etmiştir.

**İlgili telefon numara: 0800 555 4 666 saat 8 ile 20 arası erişilebilir.**

Bu konulardaki sorular e-mail adresi [buergertelefon@stk.hessen.de](mailto:buergertelefon@stk.hessen.de) üzerinden cevaplanır.



Soruları olan vatandaşlar aynı şekilde kendi Sağlık Müdürlüklerine de başvurabilirler. İletişim bilgilerine buradan ulaşabilirsiniz: <https://tools.rki.de/PLZTool/>.

### **Belli riskli bölgelerin değerlendirilmesi**

RKI farklı belirtileri dikkate alıp (hastalanma frekansı, vaka sayılarının dinamiği v.b.) insandan insana devamlı bulaşma tahmin edilen risk bölgeleri tanımlar. Güncel duruma buradan ulaşabilirsiniz: [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html)

### **Örneğin tatilden dönüşte nelere dikkat etmelisiniz?**

Risk bölgesi olarak tanımlanan veya devlet sınırları içerisinde risk bölgesi bulunan bir ülkeden seyahat ettikten sonra döndüğünüzde müteakip 14 gün içerisinde itinalı bir şekilde muhtemel belirtilere dikkat ediniz. 14 günlük bir ev karantinası tavsiye edilmektedir.

### **Sağlıklı kalmak için kendim tedbir amaçlı ne yapabilirim?**

Korunma tedbiri olarak –Grip hastalığı için de aynı şekilde – vatandaşların acilen hijyen kurallarına uymaları talep edilmektedir:

- Sıkça ve itinalı bir şekilde elleri yıkamak (çocuklar ve gençler de)
- Öksürmek ve aksırmak yegane kağıt mendile veya kol büküğünüze (çocuklar ve gençler de)
- Tek kullanımlık mendil kullanınız ve bir kere kullanıktan sonra çöp kutusuna atarak bertaraf ediniz
- Tokalaşmak yok, sarılmak / yanaktan öpmek yok
- Ellerinizi burnunuza, ağızınıza ve gözlerinize değmeyiniz (özellikle otobüste tutunma kulplarına veya birçok kişi tarafından dokunulan kapı kollarına el sürdükten sonra, aynı şekilde evde de)
- Akıllı Telefonu, Cep Telefonu, Tableti vs. düzenli olarak temizleyiniz/dezenfekte ediniz
- Prensip olarak kendi bardak ve çatal-kaşığıınızı kullanınız
- İnsan topluluklarından istikrarlı bir şekilde uzak durunuz

### **Belirtilerde nasıl hareket etmeliyim?**

Vatandaşların öksürük, ateşlenme veya nefes darlığı gibi hastalık belirtileri hissettiklerinde yapılması gerekenler:

- **116 -117 numaralarını aramak** (nöbetçi sağlık servisinin telefon numarası)
- Telefonla yerel Sağlık Müdürlüğüne başvurmak
- Telefonla Aile Hekiminize başvurmak

Bunlar başvuran kişiyle yeni Koronavirüs enfeksiyonu ihtimali bulunup bulunmadığını aydınlatıp, gerekçeli bir şüphe duyulduğunda teşhisin ve tedavinin devamını başlatırlar.



Ayrıntılı bilgilere başka dillerde de alttaki adresten ulaşabilirsiniz  
<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

Şu an sosyal medyada birçok yanlış bilgi dolaşmaktadır. Lütfen bilgilenmek için yukarıda verilen kaynaklara başvurunuz.

## Situation au 19.3.2020

### Informations du Ministère des affaires sociales et de l'intégration de la Hesse au sujet du coronavirus

Nous vous donnons ci-après un certain nombre d'informations ainsi que des précisions sur les sources où vous pourrez obtenir des informations actuelles détaillées.

À la fin de l'année 2019 l'Organisation mondiale de la Santé (l'OMS) a été informée au sujet de nombreuses maladies pulmonaires d'origine inconnue à Wuhan (Chine). Quelques jours plus tard un nouveau type de virus a été identifié comme étant la cause. La maladie provoquée (COVID-19) par le virus se propage actuellement dans le monde entier.

### Quelle est la situation actuelle ?

L'Institut Robert Koch (RKI) évalue régulièrement l'impact sur la santé de la population par le nouveau virus en Allemagne. L'évaluation actuelle des risques est diffusée sur le site de l'Institut Robert Koch (RKI) :

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062).

### Pour ce qui concerne la Hesse, le gouvernement du Land de la Hesse a décidé :

- Pour au moins ralentir la propagation du coronavirus et pour ne pas mettre en danger les êtres humains, il est nécessaire de réduire autant que possible les contacts personnels - aussi bien dans le domaine public que privé -.
- À partir du mercredi 18 mars tous les établissements d'approvisionnement non indispensables à la vie ferment. Restent ouverts, entre autres : les commerces de produits alimentaires et de boissons, les pharmacies, les supermarchés, les stations-services, les magasins de bricolage et les drogueries. Les restaurants doivent fermer à partir de 18 heures. Les clubs de sports publics et privés, les bibliothèques, les musées, les universités populaires ferment. La liste complète est consultable sur [www.hessen.de/presse](http://www.hessen.de/presse).
- À partir du lundi 16 mars jusqu'au dimanche 19 avril dans un premier temps, les maternelles et les garderies du Land de la Hesse restent fermées. Vous trouverez les exceptions et les informations complémentaires sur [www.social.hessen.de](http://www.social.hessen.de).
- À partir du lundi 16 mars jusqu'au dimanche 19 avril dans un premier temps, les écoles du Land de la Hesse restent fermées. Vous trouverez les exceptions et les informations complémentaires sur [www.social.hessen.de](http://www.social.hessen.de).

### Où est-ce que je peux trouver d'autres informations générales sur le coronavirus dans le Land de la Hesse ?

Vous trouverez les informations actuelles sur la page du Ministère des affaires sociales et de l'intégration de la Hesse sur le site : [www.hessenlink.de/2019ncov](http://www.hessenlink.de/2019ncov).

Le Ministère des affaires sociales et de l'intégration de la Hesse a en plus mis en ligne un service d'informations gratuit pour les citoyennes et citoyens de la Hesse.

**Le numéro d'appel disponible de 8h00 à 20h00 est le suivant : 0800 555 4 666. Les questions par mail peuvent être posées à l'adresse : [buergertelefon@stk.hessen.de](mailto:buergertelefon@stk.hessen.de).**

Les citoyennes et les citoyens peuvent également posés des questions à leur service de santé compétent. Vous trouverez les coordonnées sur le site : <https://tools.rki.de/PLZTool/>.

### **Evaluation de certaines zones à risques**

Le RKI (Institut Robert Koch) définit en tenant compte de différents indicateurs (entre autres la fréquence de maladie, la dynamique et le nombre de cas) les zones à risques dans lesquelles une transmission continue interhumaine est suspectée. Vous trouverez la situation actuelle sur le site suivant : [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html).

### **Que devez-vous respecter si vous rentrez de vacances, par exemple ?**

Si vous revenez d'une zone déclarée à risques ou d'un pays qui comprend sur son territoire national une zone à risques, si vous rentrez d'un voyage, il faut durant les 14 jours qui suivent, surveiller particulièrement les symptômes éventuels. Une quarantaine de 14 jours à domicile est recommandée.

### **Qu'est-ce que je peux faire à titre préventif pour rester en bonne santé ?**

Comme mesures de protection – y compris contre la grippe – les citoyennes et les citoyens sont priés de respecter d'urgence les règles d'hygiène suivantes :

- se laver régulièrement et soigneusement les mains (y compris les enfants et les adolescents)
- tousser ou éternuer uniquement dans un mouchoir en papier ou dans votre coude (y compris les enfants et les adolescents)
- n'utiliser que des mouchoirs à usage unique et les jeter dans une poubelle après utilisation
- ne pas se serrer la main, aucune embrassade, ni bises sur la joue
- ne pas se toucher le nez, la bouche et les yeux avec les mains surtout après avoir tenu des barres de maintien dans les bus, des poignées de porte qui ont été touchées par beaucoup de personnes, des poignées de porte même à la maison
- nettoyer/désinfecter régulièrement le smartphone, le téléphone portable et la tablette etc.
- n'utiliser strictement que son propre verre et son propre couvert
- éviter systématiquement les rassemblements de personnes.

### **Comme dois-je me comporter en cas de symptômes ?**

Si des citoyennes ou citoyens présentent des symptômes de maladie comme la toux, la fièvre ou une insuffisance respiratoire il faut :

- **appeler le 116 -117** (numéro de téléphone du service médical de garde)
- contacter par téléphone le service local de la santé
- vous adresser à votre médecin de famille

Les personnels de santé verront ensuite avec la personne ayant fait la demande si une infection par le nouveau coronavirus est probable et établiront en cas de suspicion fondée la suite du diagnostic et le traitement.

Pour plus d'informations que vous trouverez également dans d'autres langues, consulter le site :

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

**De nombreuses fausses informations circulent à présent sur les réseaux sociaux. Pour votre propre information, ne tenez compte que des sources indiquées ci-dessus.**

**Taariikhda 19.3.2020**

**Macluumaadka Wasaaradda Arimaha Bulshada iyo Isdhexgalka ee Hessen oo ku saabsan  
Coronavirus**

Waxyaabahaan soo socda waxaan idin ku siineynaa xoogaa Macluumaad ah iyo sidoo kale tixraacyo, meelaha aad ka heli karto macluumaad dheeri ah oo hadda socda.

Dhamaadkii Sanadka 2019 kii wuxuu Ururka Caafimaadka Aduunka (WHO) sheegay, in Magaalada Wuhan (Shiinaha) ku bateen cudurro sanbabada ah oo aan la garanayn sababaha keenay. Dhowr maalmood ka dib, Fayraska cusub ayaa loo aqoonsaday inuu yahay sababta. Cudurka uu sababay Fayraska (COVID-19) oo hadda ku faafay Adduunka oo dhan.

**Waa sidee Xaaladdu hadda?**

Machadka Robert-Koch-Institut (RKI) wuxuu si joogta ah u qiimeeyaa micnaha uu caafimaadka Dadka u leeyahay Fayraska cusub wadanka Jarmalka. Qiimeynta halista ah ee hadda jirta wuxuu RKI ku soo daabacay meeshaan

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html?jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html?jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062).

**Dawladda Hessen waxay Hessen u go'aamisay:**

- Si loo yareeyo faafinta Fayraska Corona-Virus iyo si aysan khatar u gelin Dadku, ayaa waxaa lagama maarmaan ah, in la yareeyo xiriirada shakhsiyeed ee Dadweynaha – iyo kuwa gaarka ah -intii suurtagal ah.

- Laga bilaabo Arbacada, 18. Maarso dhamaan waxaa la xirayaa Xarumaha, kuwaas oo aan daruuri u ahayn nolosha. Way furnaanayaan Dukaannada cuntada - iyo Dukaannada cabitaanka, Farmasiyada, Subarmaarkityada, Xarumaha shidaalka, Dukaannada qalabka dhismaha iyo Dukaannada daawooyinka. Makhaayadaha waxaa la xirayaa Saacadda 18:00, Goobaha isboortiga guud iyo kuwa gaarka ah, Maktabadaha, Madxafyada, Xarumaha waxbarashada ee Dadka waaweyn. Liiska oo dhammaystiran waxaad ka helaysaa [www.hessen.de/presse](http://www.hessen.de/presse).

-Laga bilaabo Isniinta, 16. Maarso ilaa Axadda, 19. Abriil waa la xirayaa Xanaanooyinka iyo Xarumaha Xanaano maalmoodka ee Hessen. Waxa ka reeban iyo Macluumaadka dheeriga ah waxaa laga heli karaa [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)

-Laga bilaabo Isniinta, 16. Maarso ilaa Axadda 19. Abriil waa la xirayaa Iskuullada Hessen. Waxa ka reeban iyo Macluumaadka dheeriga ah waxaa laga heli karaa [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de)

**Xageen ka heli karaa Macluumaad guud oo dheeri ah, oo ku saabsan Coronavirus ee Hessen?**

Macluumaadka hadda ah waxaa laga heli karaa bogga Wasaaradda Arimaha Bulshada iyo Isdhexgalka ee Hessen: [www.hessenlink.de/2019ncov](http://www.hessenlink.de/2019ncov).

Wasaaradda Arimaha Bulshada iyo Isdhexgalka ee Hessen waxay sidoo kale u diyaarisay khad Macluumaad bilaash ah lagu helayo oo loogu talagalay Muwaadiinta Hessen.

**Lambarka taleefanku waa: 0800 555 4 666 waxaana la soo wici karaa laga bilaabo Saacadda 8 ilaa 20. Su'aalaha waxaa lagu soo diri karaa E-Mail ahaan [buergertelefon@stk.hessen.de](mailto:buergertelefon@stk.hessen.de)**

Wixii su'aalo ah waxay Muwaadiintu sidoo kale kala xiriiri karaan, waaxda caafimaadka ee qaabilsan. Faahfaahinta xiriirka waxaad ka helaysaa halkaan: <https://tools.rki.de/PLZTool/>.

### **Qiimeynta qaar kamid ah meelaha khatarta ah**

Machadka RKI waxay qeexayaan, ayaga oo tixraacaya astaamaha (oo ka mid yihiin inta jeer ee cudurka, xawaaraha tirada kiisaska) Goobaha khatarta ah ee lagu tuhmayo sii wadida gudbinta Qofba Qofka kale u gudbinayo. Xaaladda hadda jirta waxaad ka heli kartaa halkaan:

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html) **Maxaad sameynaysaa markaad ka soo laabato tusaale ahaan Fasaxa?**

Haddii aad ka soo laabatid safar Goobaha lagu qeexay inay khatarta yihiin ama Wadan kamid ah Goobaha khatarta ah, fadlan fiiro gaar ah u yeelo astaamaha suurta galka ah 14ka maalmood ee soo socda. Waxaana lagu talinayaa karantiil 14-maalmood oo guriga ah.

### **Maxaan sameyn karaa si aan u ilaaliyo caafimaadkayga?**

Tallaabooyinka ka hortagga ah – xataa hargabka – waa in Muwaadiinta lagu booriyo, inay u hogaansamaan xeerarkaan nadaafadda ee soo socda:

- si joogta ah oo fiican in gacmaha loo dhaqo (sidoo kale Carruurta iyo Dhalinyarada)
- qufaca iyo hindhisada kaliya xaashida sanko ama kilkisho (sidoo kale Carruurta iyo Dhalinyarada)
- hal-mar in la isticmaalo xaashida sanko halkaas mar kadibna in lagu tuuro qashin qubka
- inaan gacanta la isku salaamin, hab la isa siin / dhabanada la sika dhunkan
- gacmaha ha ku taaban sanko, afka iyo indhaha (khaasatan kadib markaad taabatay qabsashada Basaska ama aad isticmaashay gacanta albaabada, kuwaas oo Dad badani taabteen, laakiin sidoo kale guriga)
- Smartphone, Taleefanka gacanta, Tablet iwm. Si joogto ah loo nadiifiyo/ jeermis dilaha
- had iyo jeer isticmaal koobabkaaga iyo maacuuntaada
- si joogto ah oga fogow Dadka badan.

### **Sideen ula tacaalaa astaamaha?**

Haddii Muwaadiniintu dareemaan astaamo sida qufac, qandho, ama neefta oo ku adkaata waa inay:

- **wacaan 116 -117** (Lambarka taleefanka ee adeegga gurmada degdegga ah)
- inaad khadka taleefanka kala soo xiriirto waaxda caafimaadka ee degaanka
- inaad khadka taleefanka kala xiriirto Dhakhtarkaaga guriga

Kuwaasu waxay markaas Qofka weydiinaya u kala caddaynayaan, haddii ay u badan tahay inuu hayo fayraska cusub ee Coronavirus, hadduu jiro shaki macquul ah in la bilaabay baaritaano kale iyo daaweyn.

Macluumaad dheeraad ah oo ku qoran luqado kale waxaad ka helaysaa halkaan

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

**Hadda waxaa jira Macluumaad badan oo khaldan oo lagu baahinayo warbaahinta Bulshada. Fadlan u isticmaal Macluumaadkaaga ilaha kor lagu soo xusay.**



ዕለት 19.3.2020

**ሓበሬታታት ካብ ናይ ሄሰን ሚኒስትሪ ንጉዳያት ሕብረተሰብአዊን፣ ተሳታፊነት ኣብ ማሕበራዊ ናብራን ብዛዕባ ኮሮናቫይረስ**

ኣብዚ ዝስዕብ ሓደሓደ ሓበሬታታትን ከምኡውን ምልክታታት ናይ ምንጭታትን ነቕርበልኩም፣ ኣብ ወሽጡ ስፍሕ ዝበለ እዋናዊ ሓበሬታታት ክትረኽቡሉ ትኹእሉሉ።

ኣብ መጨረሻ 2019 ዓመተ ምህረት ናይ ዓለም ውድብ ጥዕና (WHO) ብዝሃበ ሓቢረታ መሰረት ኣብ ቻይና ውሃን ዝተባህለ ከተማ (China) ብብዝሒ ኣመጽጽኡ ብዘይተፈልጠ ምኽንያት ናይ ሳንቡእ ሕማማት ክርእ ጀሚሩ። ድሕሪ ቁርብ መዓልቲታት እቲ ምኽንያት መበገሲኡ ሓዲሽ ዓይነት ቫይረስ ምኽኑ ድማ ትነጻፍ። ኣብዚ ግዜዚ በዚ ቫይረስዚ ዝተበገሰ ሕማም (COVID-19 ዝብል መጻውዒ ዝተዋህበ) ኣብ ሙሉእ ዓለም የስፋሕፍሕ ኣሎ።

**እቲ ኩነታት ከመይ ኣሎ ኣብዚ እዋንዚ?**

ሕማም ለበዳ ናይምክትትታትል ስልጣን ዝተዋህበ ትካል ሮበርት-ኮኽ-ኢንስቲትዩት (RKI) ብቐጻሊ እንታይ ሳዕቤን እዚ ሓዲሽ ቫይረስ ኣብ ጀርመን ኣብ ጥዕና ህዝቢ ከም ዘኸትል ሚዛኑ ይህብ ርእይቶኡ የቕርብን። እዋናዊ መጠን ሓደገኛነቱ ኣብዚ ዝስዕብ መርበብ-ማዕከን የቃልሉ።

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html;jsessionid=9766CE9E961256ECB36D5D17A325E8F4.internet062).

**ንሄሰን ክፋል ሃገር መንግስቲ ሄሰን ውሳኔ የሕልፍ:**

- ብዝዋሓደ መጠን ምስፍሕፍሕ ናይ ኮሮናቫይረስ ብዘገምታ ንክኸይድን ወይ ከይላባዕን ከምኡውን ንህዝቢ ኣብ ሓደጋ ከይወድቕን ውልቃዊ ርክባት - ኣብ ናይ ህዝቢ ዕላዊን ከምኡውን ውልቃዊን ሸነኻትን- ብዝተኸለለ መጠን ንክሕጸርን ክጎድልን ናይ ግድን ኮይኑ ይርከብ

- ካብ ሮኡዕ፣ ዕለት 18. ወርሒ ሰለስተ መጋቢት ጀሚሩ ኩሉ ትካላት፣ ምስ ንሂወትን መነባብሮን ሰባት ኣዚዩ ኣገዳሲ ዘይኮነ ዝተተሓሓዘ ዕጹው ክኸውንዩ። ኣብዚ ከም መሸጣ መግቢን ዝስተ ዝሸየጡሉን፣ መድሃኒት ዝሸየጡሉ ፋርማሲን ፣ ሱፐርማርኬትን፣ መሸጣ ቤንዚናን፣ ንህንጻ ዝኸውን ዝሸየጡሉ ዓበይቲ ድኪናትን፣ ድሮገሪን ክፉት ይኸውን። ቤት መግብን መስተን ካብ ስዓት ሸዱሸተ ናይ ምሸት (18:00 ስዓት) ክዕጸ ይግባእ፣ ናይ ህዝቢ ዕላዊን ውልቃዊን ስፖርት ዝግበረሉ ወይ ኣገልግሎት ዝህብ ቦታን፣ ቤተ-መጻሕፍቲን ሙዝየማትን፣ ፎልክሎር ሸሹሉን ዕጹው ይኸውን፣ ዝርዝር ናይ ኩሉ ዘቕርብ ሓቢረታ ኣብዚ ዝስዕብ [www.hessen.de/presse](http://www.hessen.de/presse) ሓባሪ መርበብ ኢንተርኔት ክትውክሱ ይከኣል።

- ካብ ሰኑይ ዕለት 16 ወርሒ ሰለስተ መጋቢት ጀሚሩ ክሳብ ንግዚኡ ሰንበት 19 ወርሒ ኣርባዕተ ሚያዝያ፣ ናይ ሄሰን መዋእለ-ህጻናትን ናይ ክንክን ቆልዑ ትካላትን ተዓጽዩ ይተርፍ። ኣብ ፍልይዝበለ ኩነት ዝወሰድ ስጉምቲን ወይ ካብዚ ውሳኔ ወጻኢ ተወሳኺ ሓቢረታን ኣብዚ ዝስዕብ ሓባሪ መርበብ ኢንተርኔት

[www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de) ትረኽብዎ።

- ካብ ሰኑይ ዕለት 16 ወርሒ ሰለስተ መጋቢት ጀሚሩ ክሳብ ንግዚኡ ሰንበት 19 ወርሒ ኣርባዕተ ሚያዝያ ቤት-ትምህርቲታት ኣብ ሄሰን ዕጹው ክኸውንዩ።ኣብ ፍልይ ዝበለ ኩነት ወይ ካብዚ ውሳኔ ወጻኢ ዝወሰድ ስጉምቲን ተወሳኺ ሓቢረታን ኣብዚ ዝስዕብ ሓባሪ መርበብ ኢንተርኔት [www.soziales.hessen.de](http://www.soziales.hessen.de) ትረኽብዎ።

**ሓፈሻዊ ተወሳኺ ሓቤረታ ብዛዕባ ኮሮና ቫይረስ ኣብ ሄሶን ኣበይ ክረክብ ይኽእል?**

እዋናዊ ሓቤረታ ኣብ ናይ ሄሶን ምኒስትሪ ንጉዳያት ሕብረተሰብኣዊን፣ ተሳታፊነት ኣብ ማሕበራዊ ናብራን ኣብዚ ዝስዕብ ምርብብ ኢንተርኔት ግጽ፡ [www.hessenlink.de/2019ncov](http://www.hessenlink.de/2019ncov) ኬድኩም ክትሕበሩ ይከኣል።

ናይ ሄሶን ምኒስትሪ ንጉዳያት ሕብረተሰብኣዊን፣ ተሳታፊነት ኣብ ማሕበራዊ ናብራን ምስዚ ብተወሳኺ ብነጻ ናይ ውዑይ ሓቤረታ ምስመር ንኹሉ ነባሪን ነባሪትን ተቐማጣይ ህዝቢ ሄሶን ኣሰናድዩ ኣሎ።

እቲ ዝተሰናድኦ ምስመር ቁጽሪ ተሌፎን እዚ ዝስዕብዩ፡ 0800 555 4 666 ካብ ሰዓት 8 ክሳብ ሰዓት 20 ወይ ሸምንተ ናይ ምሽት ካኣ ኣገልግሎት ይህብ። ሕቶታት ብኢ-ሙይል በዚ ዝስዕብ

**[buergertelefon@stk.hessen.de](mailto:buergertelefon@stk.hessen.de)** ይኸይድ

ከምኡውን ተቐማጣይ ህዝቢ ክህልዎ ንዝኽእል ሕቶታት ኣብ ቀረብኡ ዝርከብ ተሓታቲ ናይ ጥዕና ቤት-ጽሕፈት ማለት ጌዙንድሃይትስኣምት ከቕርብ ይኽእል። ክትራኽቡሉ ትኽእሉሉ ናይ ኢንተርኔት ገጽ ኣብዚ ዝስዕብ ትረኽብዎ፡ <https://tools.rki.de/PLZTool/> .

**ግምት ምሃብ ንዝተወሰነ ንሓደጋ ዝተቃልዐ ዞና ወይ ከባቢ**

ሮበርት-ኮኽ-ኢንስቲቲት (RKI) ዝተፍለለዩ ሓባሪ ምልክታት (ምስዚ ጻዕቂ ተርእዮ ሕማም፣ ቅልጣፊን ዘገምታን ናይ ቁጽሪ ሕማም ምጥቃዕቲ ተርእዮን) ኣብ ሓደጋ ዝተቃልዐ ንኣብኡ ብቐጻሊ ካብ ሰብ ናብ ዝመሓለለፍ ምዃኑ ዝጥርጠርን ከባቢ ኣብ ግምት የእቱ። እቲ እዋናዊ ደረጃ ናይዚ ኩነትዚ ኣብዚ ዝስዕብ ናይ ኢንተርኔት ገጽ

ትረኽብዎ፡ [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html)

ንኣብነት ካብ ዕረፍቲ ኣብ እትምለሱሉ ግዜ እንታይ ኣሎ ከተስተውዕሉሉን ክትጥንቀቁሉን ዝግባእ?

ካብ ሓደ ዝተፈልጠ ንሓደጋ ዝተቃልዐ ከባቢ ወይ ዞና ወይካኣ ካብ ሓደ ሃገር ኣብ ውሽጡ ንሓደጋ ዝተቃልዐ ቦታ ዝርከበሉ፣ ካብ መገሻ ምስትምለሱ፣ ኣብተን ዝስዕባ 14 ምዕልቲታት ንፍሉይ ምልክታት ኣዚ ሕማምዚ ብጥንቃቄ ከተስተብህሉን ንብስኹም ክትሕልዉን ይግባእ። ን14 ምዕልቲታት ዝኣክል ንብስኹም ካብ ካልኣት ሰባት ክትውግድዎን ክትንጽልዎን ንምሕጻነኩም።

**እንታይ ኣሎ ቅድሚ ምዃኑ ባዕልና ክንገብሮ ንኽእል ሙታን ጥዑያት ኩና ክንተርፍ?**

ከም ናይ ምክልኻል ስጉምቲ - ክምኡውን ካብ ብርቱዕ ጉንፋዕ - ኩሎም ተቐማጥ ናይዚ ሃገር ብህጹጽ ይግደዱ፣ ነዚ ዝስዕብ ናይ ጽሬት ቅጥዒታት ክኸተሉን ክኸብሩን፡

- ብቐጻሊን ጽቡቕጌርካን ኢድካ ብሰሙና ምሕጻብ (እዚ ኻኣ ዋላ ንቐልዑን ምናእሰይን ይምልከት)
- ምስዓልን ሕንጥሽው ምባልን ወይ ኣብ ናይ ንሓደ ግዜ ዘገልግል ናይ ወረቐት ምንዲል ወይካኣ ኣብ ዝተዓጽፈ ኩርናዕ ኢድ ምቕባል (እዚ ኻኣ ዋላ ንቐልዑን ምናእሰይን ይምልከት)
- ንሓደ ግዜ ዘገልግል ናይ ወረቐት ምንዲል ወይ ታሽንቱኽ ምጥቃም ነዚ ኻኣ ኣብ ዘዝተጠቐምናሉ ግዜ ኣብ እንዳጉሓፍ ምድርባይ
- ብኢድ ሰላም ዘይምብህሃል፣ ዘይምትሑቕቕፍ / ብምዕጉርቲ ዘይምስዕዓም
- በጻብዕቲድዩ ወይ ደእዳው ኣፍንጫ፣ ኣፍ፣ ዓይኒ ዘይምሓዝ ወይ ዘይምድህሰስ (ካብ ኩሉ ኣብ ኣውቶቡስን ካልእ ምዓዓዝያን ሓደ ነገር ከይንወድቕ ምስንሕዝን ወይድማ ናይ ማዕጸ ምኽፈቲ፣ ብቡዙሓት ሰባት ዝትንከፍ ዘበለ ምስንሕዝን፣ እዚ ኻኣ ዋላ ውን ኣብ ገዛና ክንክተሎ ዘልናይ)።
- ስማርትፎን፣ ሞባይል፣ ታብሌት ወዘተ... ብቐጻሊ ምጽራይን / ምምካንን
- ብመሰርቱ ነናይ ገዛእ ርእስኻ ምስተዩ ጠራሙዝን ሙብልዒ በጃ ኢድን ምጥቃም
- ብቐጻሊ ናይ ሰባት ምእካብ ምውጋድ

**እንታይ ክገብር ኣለኒ ምልክታት ናይዚ ሕማምዚ ኣብ ነብሰይ ምስዝስማዓኒ?**

ዝኾነ ተቐማጣይ ወይ ተቐማጢት እዚ ሃገር ናይ ሕማም ምልክታት ከም ስዓል፣ ረስኒ ወይ ሕጽረት ትንፋስ ምስዝስምዖ ክገብር ዘሎዎ፡

- ኣብዛ ቁጽሪ ተለፎን 116 - 117 ምድዋል (ቁጽሪ ተለፎን ናይ ድሉዎት ዝጸንሑ ሓካይም)
- ብቴልፎን ምስ ናይ ኣብ ከበቢ ዝርከብ ናይ ጥዕና ቤት-ጽሕፈት ወይ ጌዙንድሃይትስኣምት ምርኻብ
- ብቴልፎን ምስ ናይ ናይ ገዛ ሓኪም ምርኻብ

እዚኣም ምስቲ ዝሓትት ዘሎ ሰብ መረጋግጺ ሕቶታትን መብርሂታትን የቕርቡ፣ እቲ መልክፍቲ ሕማም ምስዚ ሓዲሽ ዓይነት ኮሮና ቫይረስ ዝተሓሓሃዘ ምዃኑን ዘይመዃኑን ግምቶም ድሕሪ ምሃብ ድማ እንተዳኣ ተጨባጢ ጥርጠራ ኣልይዎም ናብ ብድሕሪኡ ዝስዕብ ቀጻሊ መርመራታትን እቲ ሰብ ዝእለየሉ ኣገባብን የናድዩን የመሓላልፉን

ናይ ቀረባ ሓቤረታ ምስዚ ብኻልእ ቋንቋታት ኣብዚ ዝስዕብ ናይ ኢንተርኔት ገጽ ትረኽብዎ፡  
<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

ኣብዚ ግዜዚ ኣብ ናይ ብዙሓን መራኽቢ መዲያ መጠን ዘይብሉ ግጉይ ሓቤረታ ከስፋሕፍሕ ይርኣ ኣሎ።  
ብኽብረትኩም ንዝኾነ ሓቤረታ ትደልይዎ ነዚ ኣብ ላዕሊ ተጠቂሱ ዘሎ ማዕከን ሓቤረታ ተጠቐሙ።