



ما هي التدابير التي يجب مراعاتها في ولاية ساكسونيا السفلى؛ للحد من انتشار الفيروس؟ (تحريراً في 22/03/2020)

1. تقليل التواصل مع الأشخاص الآخرين خارج الأفراد المقيمين في المنزل إلى الحد الأدنى، على أن يكون ذلك للضرورة القصوى فحسب.
2. التواصل خارج نطاق الشقة مسموح به فقط عند الالتزام بالشروط التالية بدقة:

أ) يجب الحفاظ على مسافة لا تقل عن 1.5 متر من الأشخاص الآخرين في الأماكن العامة. كافة التجمعات والنزهات والشواء ممنوعة.

ب) يسمح للأشخاص بالبقاء في الأماكن العامة بشكل منفرد، ويجوز أن يرافقهم شخص واحد آخر. لا ينطبق هذا التحديد على أفراد الأسرة، أو الأشخاص الذين يعيشون في شقة مشتركة.

يسمح بمزاولة الأنشطة والأعمال التالية:

- ممارسة الأنشطة الجسدية والرياضية في الهواء الطلق (مثل الركض والمشي وما إلى ذلك)
- مزاولة المهام الوظيفية
- زيارة الأطباء للحصول على العلاجات الطبية، وطلب الخدمات الطبية (مثل العلاج النفسي والعلاج الطبيعي، طالما كان مطلوباً بشكل عاجل من وجهة النظر الطبية).
- زيارة مرافق الرعاية الصحية الأخرى مثل الصيدليات ومتاجر الإمدادات الطبية ومتاجر البصريات وأخصائيي السمعيات والصوتيات ومتاجر العقاقير الطبية.
- زيارة شركاء الحياة، أو كبار السن، أو المرضى، أو الأشخاص من ذوي الاحتياجات الخاصة (خارج نطاق المؤسسات!)، وممارسة حق الحضانه في النطاق الخاص المعني
- قصد الهيئات الحكومية والمحاكم والجهات السيادية الأخرى، وكذلك الهيئات أو المؤسسات الأخرى المختصة بإنفاذ القانون العام
- الرعاية أو التموين أو العناية بالحيوانات الأليفة الخاصة بك، أو الحيوانات التي تلتزم بتوفير الرعاية لها

المرافق التالية مغلقة للجماهير:

- المطاعم، ومحلات الأطفعة، وساحات تناول الطعام
 - البارات، والحانات، والنوادي، وصالات الديسكو، وكذلك المرافق والمراكز الثقافية الشبيهة
 - المسارح، ودور الأوبرا، وقاعات الحفلات الموسيقية، والملاهي الليلية، والمتاحف، والمكتبات، والمؤسسات الشبيهة (بغض النظر عن القائم عليها، أو بغض النظر عن ملكيتها)
 - القديس، والمعارض، ودور السينما، وحدائق الحيوان، وكذلك الحدائق الترفيهية، وحدائق الحيوانات، وخدمات مقدمي أنشطة وقت الفراغ (مثل حدائق اللعب الداخلية، وحدائق التسلق، وحدائق الغولف الصغيرة، وغرف الهروب، وما إلى ذلك) والأسواق الخاصة، وصالات القمار، والكازينوهات، وكذلك صالات المراهقات، والمرافق الشبيهة
 - بيوت الدعارة، ومرافق الدعارة، والمرافق الشبيهة
 - جميع منافذ البيع الأخرى، طالما كانت غير ضرورية لمستلزمات الحياة اليومية، أو ضرورية لضمان توفير السلع الغذائية (وهذا يشمل أيضاً مراكز البيع المباشر، بما في ذلك منافذ البيع المتواجدة في مراكز التسوق)
- كما تم أيضاً إيقاف جميع الفعاليات الرياضية، وإيقاف نشاط جميع المرافق الرياضية العامة والخاصة. ويشمل ذلك جميع حمامات السباحة، والمنزهات المائية، والصالات الرياضية، وحمامات البخار، والمرافق الشبيهة. ومع الأسف، يشمل هذا أيضاً جميع الملاعب، وحدائق الألعاب، وكذلك الملاعب الداخلية.
- ومنذ هذه اللحظة، يحظر استضافة الأفراد للأغراض السياحية.

يسري ذلك على:

- الفنادق، والفنادق الصغيرة (البنسيون)
- دور الضيافة، وبيوت الشباب
- استئجار شقق العطلات، وغرف العطلات، وأماكن الإقامة، ومرافق النوم للأغراض الشخصية، وكذلك التجارية (مثلاً عبر إير بي إن بي)
- ساحات التخيم، وأماكن نصب المنازل المتنقلة

جميع المرافق الضرورية للحياة اليومية، والتي تضمن الإمداد السلس بالمواد الغذائية تظل مفتوحة.

وتشمل هذه المرافق:

- كافة منافذ بيع المواد الغذائية بالتجزئة، أي محلات السوبر ماركت، ومحلات التجزئة، والمخابز، ومتاجر المشروبات

- الأسواق الأسبوعية
 - الصيدليات، ومتاجر العقاقير الطبية، ومتاجر الإمدادات الطبية
 - البنوك، وصناديق التوفير، ومكاتب البريد
 - محلات البصريات، وأجهزة السعيمات والصوتيات
 - متاجر مستلزمات الحيوانات
 - محطات البنزين، و منافذ بيع الصحف
 - ورش المركبات والدراجات
 - مرافق الغسيل والتنظيف
 - متاجر البيع بالجملة
- متاجر أدوات البناء، وأعمال البستنة ما زالت مفتوحة للعملاء التجاريين فحسب، أي أنها لم تعد مفتوحة للأفراد. خدمات التوصيل (الطعام، والمشروبات، إلخ)، والمبيعات خارج المنزل مسموح بها.
- وفي الوقت نفسه، لا يزال مقدمو الخدمات من القطاع الصحي متاحين لتقديم الخدمات الطبية التي لا يمكن تأجيلها (مثل خدمات العلاج الطبيعي، أو العلاج النفسي).
- عند زيارة كافة المرافق، يجب بشكلٍ حتميٍّ ضمان مراعاة الحد الأدنى للمسافة البالغ 1.5 متر في المباني التجارية، والامتثال لذلك. في حالة الشك، يجب تقييد عدد الدخول مؤقتًا.
- نقطة مهمة للغاية:** توفير المواد الخاصة بالاحتياجات اليومية والمواد الغذائية مضمون! شراء حيوانات الهامستر ليس مُجددًا، فذلك يعد من الأمور غير المتزامنة مع الظروف الحالية، ويجب تجنبها.
- نظرًا للأسباب التالية:

- لا يوجد حاليًا نقص في المواد الغذائية.
 - يُمكن أن يقوم بائعو المواد الغذائية بملء الأرفف الفارغة لديهم سريعًا، على الرغم من الطلب المتزايد على بعض أنواع المنتجات؛ نظرًا لأن المخازن مملوءة جيدًا.
 - ومن ثم، يفترض أن يتصرف جميع المواطنين بشكلٍ متضامن.
 - يمكن زيادة المخزون بعناية وبصورة متناسبة. ومن ثم، فإن اكتناز الطعام الذي لا يتم تناوله هو أمر غير ضروري، ويضر بحالتك المادية، وفي أسوأ الأحوال، يضر بالجمهور العام كذلك، أي بالمواطنين من حولك.
- يرجى ملاحظة أنه من الممكن أن تقوم الحكومة بفرض قيود أخرى في أي وقت.
- يمكنك العثور على المعلومات بصورة دائمة ومحدثة، بالإضافة إلى إجابات عن الأسئلة الشائعة على الرابط:
- www.niedersachsen.de/coronavirus

منع انتشار الفيروس - يمكن للجميع المساهمة في ذلك!

تعليمات النظافة الصحية، والتعليمات السلوكية: هذا هو السلوك الصحيح الواجب اتباعه في فترة انتشار الفيروس

- باتباع بعض قواعد النظافة الصحية البسيطة، يمكن لأي شخص أن يساهم في الحد من انتشار فيروس كورونا المستجد بصورةٍ أسرع. تُعد حماية نفسك، وبالأخص، حماية أولئك المعرضين للخطر من فيروس كوفيد 19 (فيروس كورونا المستجد)، أمر له أهمية خاصة، وهو أمر يُمكن القيام به عند مراعاة بعض القواعد البسيطة.
- ففي حين أن الشباب -على وجه الخصوص- غالبًا ما تكون حدة المرض لديهم خفيفة نسبيًا عند الإصابة بالفيروس، إلا أن فيروس كوفيد 19 (فيروس كورونا المستجد) يمثل خطرًا كبيرًا على صحة مجموعات أخرى من الأشخاص. وفي ولاية سكسونيا السفلى توفي بالفعل بعض الأشخاص المصابين بهذا الفيروس.
- وذكر معهد روبرت كوخ:

على الرغم من أن مراحل المرض الشديدة غالبًا ما تظهر أيضًا لدى الأشخاص الذين ليس لديهم مرض سابق، إلا أن المجموعات التالية من الأشخاص معرضون لخطر كبير للإصابة بمراحل خطيرة من المرض:

- كبار السن (معرضون لخطر متزايد دائمًا للتعرض للمراحل الخطيرة بعمر يبدأ من 50-60 عامًا)
- المدخنون والمدخنات
- الأشخاص الذين يعانون من أمراض سابقة محددة:

- أمراض القلب (مثل أمراض القلب التاجية)،
 - أمراض الرئتين (مثل الربو، والتهاب الشعب الهوائية المزمن)،
 - المرضى الذين يُعانون من أمراض الكبد المزمنة)
 - مرضى السكري (داء السكري)
 - مرضى السرطان.
 - المرضى الذين يعانون من ضعف المناعة (على سبيل المثال بسبب مرض يرتبط بنقص المناعة، أو بسبب تناول عقاقير طبية تضعف جهاز المناعة؛ مثل الكورتيكوستيرويدات)
- احم نفسك دانمًا، وساعد في حماية أولئك الذين يمثل فيروس كوفيد 19 (فيروس كورونا المستجد) تهديدًا دانمًا لهم - كبار السن، والأشخاص المصابين بأمراض سابقة، هذا يعني أكثر من ثلث سكان ولاية سكسونيا السفلى!**
- باتباع قواعد النظافة الصحية البسيطة، يمكنك المساهمة في ذلك:
- **اغسل يديك:** اغسل يديك بانتظام وبالكامل. خاصة إذا كنت تنتقل في الأماكن العامة.
 - **حافظ على مسافة من الآخرين:** ابق على مسافة 1.50 متر على الأقل من الآخرين.
 - **السعال والعطس بشكل صحيح:** إذا كنت تسعل أو تعطس، فابتعد عن الأشخاص الآخرين، واستخدم منديلًا يمكنك التخلص منه على الفور. إذا لم يكن لديك منديل في متناول يديك، فضع ثنية مرفقك أمام فمك وأنفك لحماية الآخرين. اغسل يديك بعد السعال، أو العطس، أو التمخط.
- أفضل وسيلة حماية متوفرة حاليًا: **ابق في المنزل، وتجنب أي تواصل اجتماعي غير ضروري!**

ماذا تفعل إذا كنت تعتقد إصابتك بفيروس كورونا المستجد؟

إذا كنت تشك في إصابتك بفيروس كورونا المستجد (2-Sars-Cov)، يجب عليك في البداية الإجابة عن الأسئلة التالية:

1. هل تواجدت في آخر 14 يومًا قبل بداية أعراض المرض في واحدة من [المناطق التي حددها معهد روبرت كوخ على أنها من مناطق خطر](#)، أو تواصلت مع شخص كان متواجدًا في واحدة من هذه المناطق وظهرت عليه أعراض تشبه الأنفلونزا في الوقت الحالي؟
 2. هل تواجدت في آخر 14 يومًا في منطقة لم يتم تصنيفها كمناطق خطر، ولكن ظهر بها بالفعل حالات مصابة بفيروس كوفيد 19 (فيروس كورونا المستجد)، وظهرت عليك الآن أعراض مثل الحمى، أو السعال، أو ضيق التنفس؟
 3. هل تواصلت شخصيًا مع حالة تأكد إصابتها بفيروس كوفيد-19 (فيروس كورونا المستجد)؟
- إذا أجبت عن واحد أو أكثر من الأسئلة بالإيجاب، ف يجب عليك اتباع الخطوات الإضافية التالية:
1. اتصل أولاً بطبيب العائلة عبر الهاتف. إذا لم تستطع الوصول إليه، يمكنك أيضًا الاتصال بخدمة الطوارئ الطبية على الرقم 116 117.
 2. اشرح في الهاتف الأعراض التي تُعاني منها، مع توضيح البلد السياحي الذي زرتة، أو تواصلك مع شخص كانت نتيجة فحوصاته إيجابية.
 3. سيقوم طبيبك/ طبيبتك بتقييم حالتك الصحية بصورة مؤقتة، وسيناقش معك الإجراءات اللاحقة؛ مثل تحديد موعد لإجراء الفحوصات، أو تدابير الحجر الصحي.
 4. برجاء اتباع تعليمات طبيبك/ طبيبتك، وأن تكون متاحًا للردود المحتملة من الهيئات المعنية.

يتم التشاور والتنسيق مع مكتب الصحة المعني في ولاية سكسونيا السفلى عن طريق الطبيب المختص، وليس مع المريض مباشرة. بالتعاون مع جمعية ساكسونيا السفلى لأطباء التأمين الصحي القانوني (KVN)، تقوم الدولة حاليًا بإنشاء مراكز اختبار محلية في المستشفيات، أو مكاتب الصحة في جميع دوائر المقاطعة البالغ عددها 37، والمدن الحضرية البالغ عددها 8. بالإضافة إلى ذلك، توجد فرق اختبار متنقلة في جميع دوائر المقاطعة التي لم يتم فيها إنشاء مراكز اختبار بعد؛ حيث تختبر أيضًا المرضى في محيط منزلهم في الحالات المشتبه فيها، والتي يوجد مبرر لفحصها. كما أنشأت جمعية ساكسونيا السفلى لأطباء التأمين الصحي القانوني (KVN) مركزًا لتوزيع الملابس الواقية، وهذه هي الملابس التي يحتاجها الأطباء والطاقم الطبي العامل في المراكز والقائمين على الخدمة المتنقلة.

ووفقًا لجمعية ساكسونيا السفلى لأطباء التأمين الصحي القانوني (KVN)، تعمل مراكز الاختبار هذه كما يلي:

- في الحالات المبررة، يُبلغ المرضى طبيب الأسرة الخاص بهم هاتفياً، أو بالاتصال بعد ساعات العمل على رقم الخدمات الطبية الطارئة (هاتف رقم 116117).
- يقوم طبيب الأسرة، أو طبيب الخدمات الطبية الطارئة بإجراء استبيان هاتفي مع المريض، ومن ثم يقوم بتقييم الحالة. إذا كان المريض بحاجة إلى إجراء اختبار، فسيحدد الطبيب موعدًا عبر الهاتف لدى مركز الاختبار المركزي لسحب العينة.
- بعد سحب العينة في المرفق المركزي، يجب أن يبقى المريض في محيط منزله حتى يتم استلام النتيجة. يقوم طبيب الأسرة أو طبيب الخدمات الطبية الطارئة بإبلاغ المريض بنتيجة الاختبار.
- إذا كانت النتيجة إيجابية، فسيناقش الطبيب التدابير اللاحقة مع المريض بالاشتراك مع مكتب الصحة المختص.

يمكنك العثور على أرقام الهاتف المهمة للأسئلة المتعلقة بفيروس كورونا المستجد على الرابط:
www.niedersachsen.de/coronavirus

معلومات للعاملين

إلى جانب تدابير النظافة الصحية العامة، يجب على العاملين أيضاً مراعاة ما يلي في مقر العمل:

- لا تشارك مواد العمل -مثل الأقلام- مع الآخرين.
- احرص أيضاً على عدم مشاركة أشياء مثل الكؤوس أو الأواني الأخرى مع العديد من الأشخاص.
- عند التواصل مع العملاء، تجنب مصافحة الأيدي.

في ظل ظروف معينة، خاصة في حالة الاشتباه في الإصابة بفيروس كورونا المستجد (2-Sars-CoV)، يمكن أن تقوم الهيئات المختصة كذلك بفرض تدابير الحجر الصحي على المواطنين. وفي هذا الوقت، لن يتم ترك أي مكان بعينه.

ومن الممكن أن يعاني الموظفون أو أرباب عملهم، وكذلك العاملون المستقلون من خسارة في الأرباح نتيجة لذلك. في ولاية سكسونيا السفلى، تدفع دائرة المقاطعة المختصة أو المدينة الحضرية تعويضات على أساس قانون الحماية من العدوى. ولكي يتم ذلك، يجب صدور قرار الحجر الصحي من قبل الهيئة الحكومية المختصة. لا يوجد حق في المطالبة بذلك في حالة عدم القدرة على العمل، وفي حالة العطلات والإصابات المؤقتة وفقاً للمادة رقم 616 من القانون المدني.

إذا لم تستطع الذهاب إلى مقر عملك بسبب فرض الحجر الصحي، فستتلقى تعويضاً نقدياً وفقاً للمادة رقم 56 الفقرة 1 من قانون الحماية من العدوى، مع مراعاة بعض الظروف المحددة. لمدة ستة أسابيع من تاريخ بدء خسارة الأرباح، يحق لك الحصول على تعويض عن قيمة خسارة الأرباح وفقاً للمادة 56 الفقرة 2 و3 من قانون الحماية من العدوى.

نظراً لإغلاق المدارس ودور الرعاية النهارية للأطفال في جميع أنحاء البلاد بدءاً من 16 مارس 2020 حتى - وفقاً لما ذكر حالياً - 18 أبريل 2020، يجب الانتباه بشكل خاص لما يلي:

إذا استمر إغلاق مدرسة طفلك أو دار الرعاية النهارية للأطفال بسبب فيروس كورونا المستجد، يجب عليك البحث عن إمكانيات رعاية أخرى. إذا لم يكن هناك خيار آخر واضح لرعاية الأطفال، فهناك خيار متاح في حالة الطوارئ؛ بأن تبقى في المنزل، وتقوم برعاية أطفالك. وبالطبع، يجب عليك دائماً السعي إلى التشاور مع رب العمل، والعثور على حل مشترك مثل الحصول على إجازة (دون أجر)، أو العمل من المنزل.

بالنسبة للموظفين العاملين في مجالات الرعاية والصحة والخدمات الطبية، ورجال الأمن العام مثل الشرطة والقضاء، وخدمات الطوارئ، وفرق المطافئ والحماية من الكوارث، بالإضافة إلى الخدمات الخاصة بالحفاظ على الخدمات العامة، سيتم تقديم رعاية طارئة لأطفال في سن المدارس حتى العام الدراسي الثامن في المدارس. يمكن أيضاً تشكيل مجموعات طارئة في مراكز الرعاية النهارية للأطفال.

إذا قام رب العمل بإغلاق مؤسسته طواعيةً، فإنه لا يزال ملزماً بدفع أجور موظفيه. في هذه الحالة، يكون الموظف مستعداً للتواجد في العمل، ويجب ألا يعاني من أي مساوئ بسبب الإغلاق. حتى في حالة الإغلاق غير الطوعي، يسري الالتزام بمواصلة دفع الرواتب والأجور؛ لأن مثل هذه الحالات هي جزء من المخاطر التشغيلية. ويستند هذا إلى المادة رقم 615 من القانون المدني. يمكن توجيه الأسئلة إلى السلطة المحلية المختصة بك.

إرشادات للمدارس ودور الرعاية النهارية للأطفال

جميع المدارس العامة والمهنية مغلقة من 16 مارس 2020 حتى 18 أبريل 2020 بشكل مبدئي. وينطبق هذا أيضًا على مؤسسات رعاية الأطفال ودور الرعاية بعد المدرسة، ومرافق رعاية الأطفال النهارية التي تتطلب تصريحًا.

يجب إلغاء كافة الرحلات المدرسية التي تُخطط لها إدارة المدرسة داخل البلاد وخارجها، في الفترة بدءًا من الآن وحتى نهاية العام الدراسي الحالي.

بدءًا من 16 مارس 2020 حتى - وفقًا لما هو مُعلن حاليًا - 18 أبريل 2020، لن تُعقد أي حصص دراسية في المدارس العامة والمدارس المهنية. يستثنى من ذلك: بالنسبة لطالبي الثانوية العامة، ستعقد الحصص الدراسية اعتبارًا من يوم 15 أبريل 2020. وهذا ينطبق أيضًا على المدارس التي يديرها القطاع الخاص. لن يتم تعويض إقامة الحصص الدراسية في مجموعات التعلم، أو في اتصالات الفصول في غرف المدرسة، أو في غير ذلك من المواقع البديلة، بما في ذلك المؤسسات العاملة طوال النهار.

منح الدرجات هو أمرٌ مضمون، وكذلك إجراء الامتحانات النهائية للمرحلة الثانوية | وشهادة الثانوية العامة. يتم إبلاغ المدارس بالتفاصيل في قرارات خاصة. وأكد وزير الثقافة، السيد تون: "لن يعاني أي طالب من أي مساوئ".

كما أصدرت وزارة الثقافة في ولاية سكسونيا السفلى تعليمات بضرورة أن تلغي إدارة المدرسة جميع الرحلات المدرسية داخل البلاد وخارجها، وكذلك الرحلات الدراسية، والجولات اليومية، والتبادل بين الطلاب وزيارات الأجنبي، والتي يتم التخطيط لها للفترة التي تبدأ من الآن وحتى نهاية العام الدراسي الحالي. لتجنب مصروفات الإلغاء أو لخفضها، يجب على المدارس أولاً محاولة تأجيل الرحلة إلى الفترة التالية للعطلة الصيفية.

كما ستظل مؤسسات الرعاية النهارية للأطفال، ودور الرعاية بعد المدرسة، ومرافق رعاية الأطفال النهارية التي تتطلب تصريحًا مغلقة حتى 18 أبريل 2020.

بالنسبة للموظفين العاملين في مجالات الرعاية والصحة والخدمات الطبية، ورجال الأمن العام مثل الشرطة والقضاء، وخدمات الطوارئ، وفرق المطافئ والحماية من الكوارث، بالإضافة إلى الخدمات الخاصة بالحفاظ على الخدمات العامة، سيتم تقديم رعاية طارئة للأطفال في سن المدارس حتى العام الدراسي الثامن في المدارس. يمكن أيضًا تشكيل مجموعات طارئة في مراكز الرعاية النهارية للأطفال.