

باکمک یکدیگر میتوانیم عفونیت را کاهش دهیم

آیا شما علایم کوید 19 را بطور مثال تب، سرفه، گلو دردی
آب ریزش بینی را در خود دارید، پس مهم است که شما
توصیه های ریاست صحت عامه را دنبال کنید. این توصیه
برای انهایکه علایم خفیف دارند هم صدق میکند.

در خانه بمانید

اگر شما احساس مریضی دارید پس در خانه مانده و از ملاقات با
دیگران صرف نظر کنید. این امر برای بزرگسالان و اطفال میباشد. شما
باید از وظیفه، مکتب، کودکستان و فعالیت های دیگر رخصت بگیریید.



خود را معاینه کنید

اگر شما علایم کوید 19 را در خود دارید که در یک روز از بین نرفت،
پس مهم است که خود را معاینه کنید. اینکه شما چه وقت و چگونه
معاینه شوید نظر به ساحة سکونت شما فرق میکند.
برای معلومات بیشتر صفحه انترنتی 1177.se/covid-19-prov
را ملاحظه کنید.



با اشخاصیکه زندگی میکنید فاصله را مراعت کنید.

این مهم است که شما فاصله را با دیگران مراعت کنید. حتی با انهایکه
با شما یکجا زندگی میکنند. اگر ممکن باشد بهتر است که شما در یک
اطاق جدا باشید. در وقت قبل از طعام خوری، آماده ساختن طعام و
بعد از تشاب دست هایتانرا با دقت اضافی بشوید.



برای پرسشهای عمومی در مورد وبای کرونا به
شماره ذیل زنگ بزنید.
113 13 یا 08-123 680 00

برای مشوره صحی به
1177 زنگ بزنید.

شما میتوانید که در صفحه انترنتی krisinformation.se معلومات
جدید از طرف ریاست در مورد وبای کرونا را به زبان دری بخوانید.



Swedish Civil
Contingencies
Agency

