



Umbrella Multicultural Health Co-op

معلومات در رابطه به COVID19 ۶ اگست ۲۰۲۰

تجدید معلومات توسط مقامات صحی

خلاصه:

در جریان هفته های گذشته ، ایالت ما شاهد گسترش بیشتر شیوع COVID19 بنابر تجمعات وسیع، بوده است. این بدین معنی است که خطر ابتلا به ویروس تا هنوز مرفوع نگردیده است. با ورود به مرحله ۳ و کاهش محدودیت ها خیلی مهم است تا افراد دستور العمل های وقایوی را مراعات نموده و از صحت خود و اجتماع خویش حمایت نمایند. بدینمنظور باید در نظر داشت که:

- ۱- سر از تاریخ ۲۴ اگست، در BC پوشیدن ماسک هنگام استفاده از ترانسپورت شهری حتمی پنداشته میشود.
- ۲- از محافل بزرگ اجتناب نموده و گردهمایی های داخل خانه را بصورت مختصر نگهدارید. محافل را صرف به حداکثر ۶ نفر اشتراک کننده محدود نمایید.
- ۳- زمانی که در مکان های عمومی فضای باز هستید تدابیر محافظتی را در نظر داشته باشید.
- ۴- زمانی که در مکان های عمومی فضای بسته هستید، مراعات حفظ فاصله اجتماعی، شستن دستان و پوشیدن ماسک لازمی دانسته میشود.

بخاطر داشته باشید: اگر مریض هستید در خانه بمانید، دستان تانرا بصورت مرتب بشوید، حفظ فاصله ۲ متر را در مکانهای عمومی مراعات کنید و اگر حفظ فاصله امکان نداشته باشد ماسک بپوشید.

جزئیات بیشتر:

- ۱- سر از ۲۴ اگست، در BC پوشیدن ماسک هنگام استفاده از ترانسپورت شهری حتمی میباشد.
- با آغاز ۲۴ اگست در تمامی لاین های ترانسپورت شهری سراسر BC پوشیدن ماسک حتمی میباشد.
- این پالیسی بر تمامی راکبین بس ها، قطار هوایی، بس های دریایی در داخل ونکور بزرگ و همچنان بس های مربوط BC خارج از ساحه قابل تطبیق است.
- صرف اطفال زیر سن ۵ سال و کسانی که بنابر معاذیر صحی قادر به پوشیدن ماسک نیستند از این پالیسی مستثنی دانسته میشوند.

۲- از محافل و گردهمایی های بزرگ اجتناب کنید

بیشترین قضایای کوید ۱۹ در BC ناشی از محافل بوده است، همچنانی که در کیلوانا اکثریت وقایع بنابر گردهمایی ها بوده است.

- از گردهمایی های بزرگ اجتناب کنید.
- از رفتن به محافل خود داری کنید، حتی اگر کوچک باشد. ازدیاد تجمعات در گروه های مختلف باعث انتشار ویروس می گردد.
- محافل را با تعداد حداکثر ۶ اشتراک کننده، به غیر از اعضای خانه، محدود نمایید.
- محافل تانرا در فضای آزاد برگزار نمایید.
- فاصله اجتماعی را مراعات نمایید و با غیر از اعضای فامیل روبوسی و بغل کشی نکنید.
- از ظروف یکبار مصرف استفاده نمایید. توصیه می گردد اشتراک کنندگان خودشان غذای خود را بیاورند.
- از شریک ساختن غذا، ظروف و سایر لوازم شخصی اجتناب کنید.
- ترغیب به ضد عفونی نمودن دستها نمایید، با تهیه مایع دستشویی، ظروف زباله غیر قابل تماس و مایع ضد عفونی کننده دستان.

۳- تدابیر محافظتی را هنگامی که بیرون در مکان های عمومی هستید در نظر داشته باشید.

خیلی مهم است، هنگامی که در بیرون هستید تدابیر محافظتی را مدنظر داشته باشید. این مکانها شامل مسیرهای پیاده روی، سواحل، اردوگاه ها، پارک ها، میدانهای بازی و پارک سگها می گردد. تدابیری که باید مدنظر داشت:

- از ازدحام در سواحل، میله گاه و مسیر های پیاده روی اجتناب کنید.
- دستان خود را بعد از تماس با اشیا مانند چوکی های پارک، تشناب های عمومی و یا وسایل میدان های بازی، شسته و یا ضد عفونی نمایید.
- ورزش ها و بازی های را انجام دهید که امکان تماس کمتر در آنها موجود بوده و حد اقل ۲ متر فاصله حفظ گردد.
- بوتل آب و یا نوشیدنی خود را با خود داشته و از نوشیدن آب های عمومی اجتناب کنید.
- از شریک ساختن وسایل با افرادی که با شما زندگی نمیکنند جلوگیری کنید.

۴- تدابیر محافظتی را در مکان های عمومی با فضای بسته مراعات کنید:

اکثریت رستورانها بروی مراجعین باز خواهد بود اما قبل از صرف غذا در آنجا باید از امکانات خطر بر حذر باشید.

- غذای خود را با خود بردارید و یا در صورت امکان در محلات فضای باز صرف غذا نمایید.
- از پالیزی نشستن با حد اکثر ۶ نفر پیروی نموده و از یک میز به میز دیگر نروید.
- از شریک ساختن نوشابه و ظروف جلوگیری کنید.
- دستان خود را بعد از تماس با وسایلی همچون چوکی، میز، مینیو، بوتل های چاشنی و یا ماشین حساب پول، دوباره تمیز کنید.

- تا زمانی که در میز خود ننشسته اید، صورت خود را با ماسک بپوشانید.
- از بوفی ها و ماشین های نوشابه خود داری کنید.
- نوشیدن الکل را محدود نمایید، بدینگونه میتوانید تصمیم های درست گرفته و تدابیر محافظتی را مراعات کنید.

بر علاوه مراعات تدابیر محافظتی در مکان های عمومی، باید در اجرای امور سایر موارد را نیز در نظر داشته باشید:

- در بعضی تاسیسات از قبیل و المارت و یا کاستکو پوشید ماسک حتمی میباشد، حتی در صورت عدم موجودیت چنین پالیسی بهتر است در همچون مکانها ماسک بپوشید.
- کوشش کنید افراد کمتری را با خود ببرید.
- از تماس اجناس خودداری نموده و صرف اجناسی را که خریداری میکنید بردارید.
- هنگام راه رفتن ، علائم کف و سایر نشانه های هدایتی را جهت حفظ فاصله اجتماعی پیروی کنید.
- کوشش کنید ماسک خود را در جریان توقف بردارید.

ایالت ما توانسته است با اتخاذ تدابیر شیوع ویروس را در سطح پایین نگهدارد. لازم است آرامش و هوشیاری خود را حفظ نموده و در جریان بازگشایی دوباره دستورالعمل ها را پیروی نماییم.