

መምርሒ ካብ ዴንማርካዊ ጥዕና በዓል መዚ

ብዮሽል ኮሮና ቫይረስ እንድሕር ተጠቂዕኻ እሞ ካብ መንበሪ ገዛ ወጻኢ ናብ ዘሎ መወሸቢ ማእኸል ንክተኣቱ እንተተኻቲትካ እንታይ ትገብር

ኣብዚ ሓዲር ጽሑፍ ብሓድሽ ኮሮና ቫይረስ እንድሕር ተጠቂዕኻ እሞ ካብ መንበሪ ገዛ ወጻኢ ናብ ዘሎ መወሸቢ ማእኸል ንክተኣቱ እንተተኻቲትካ ክተልዕልዎም እትክእል ዝተወሰኑ ሕቶታት ክንምልስ ኢና።

ብዘዕባ ካብ መንበሪ ገዛ ወጻኢ ዘሎ መወሸቢ ማእኸልን ኣብ ጸንሒትካ እንታይ ክትገብር ከምዘለካ ተወሳኺ ምንባብ ይከኣል እዩ።

21.09.2020



አገዳሲ ሓበሬታ ብዛዕባ ኖቭል ኮሮና ቫይረስ/COVID-19

COVID-19 ብ ኖቭል ኮሮና ቫይረስ ናይ ዝመፅእ ሕማም ስም እዩ።

ረኽሲ



ናይቲ ረኽሲ ለበዳ ንምክልኻል፣ ኖቭል ኮሮና ቫይረስ ዝመሓለፈሉ መንገዳታት ምፍላጥ አገዳሲ እዩ።

በምትንኻፍ ዝመሓለፍ፡ ብዝተጠቐሰ ሰብ ዝተጠቐመሎም አቕሑ ምትንኻፍን ካብኡ ድማ አፍንጫኻ ዓይንኻ ወይ አፍካ ምሓዝ በምትንኻፍ ናይ ምትሕልላፍ ሓደጋ ናይ ኢድና ጽሬት ብምሕላውን ብዝግባእ በምሕጻብን ክንከላኸሎ ንኽእል ኢና።

ብነጠብጠብ ትንፋስ ዝመሓለፍ፡ ዝተጠቐሰ ሰብ እንተሆንጥሶ ወይ እንትስዕል ካብ መተንፈሲ አካላቱ ብዝወጹ ደቀቕቲ ነጠብጠባት ካብ ሰብ ናብ ሰብ ዝመሓለፍ እቶም ነጠብጠባት ካብ ሓደ ክሰብ ክልተ ሜትሮ ኣብ ዘሎ ርሕቀ ት ናብ መሬት ስለዝወድቁ እዚ ናይ ምምሕልላፍ ሓደጋ ብምርሕሓቕ ክንኪ ይክእል እዩ ።

ምልክታት ሕማም



ናይ COVID-19 መፍለይ ምልክታት ሕማም

- | | |
|------------|-------------|
| ደረቕ ሰዓል | ናይ ጎሮሮ ምቕሳል |
| ልዑል ሙቕት | ሕማም ርእሲ |
| ሕጽረት ምትንፋስ | ቃንዛ ጭዋዳታት |

ነዚ ለበዳ ከመይ ንከላኸል



አዝዩ ጠቐምቲ ዝኾኑ ነገራት ብቕደም ሰዓብ፡

1. ምልክታት ንዘርአዩ ሰባት ምፍላይን ምስኪኦም ርክብ ንዘለዎም ሰባት ምፍላይን
2. ኣብ መተንፈሲ አካላት በምትኪር ግቡእ ንጽህና ምሕላው፣ ኣብ ኢድ ንጽህናን እትነኽኦም ነገራት ጥንቃቕ ምግባር
3. ኣብ ርሕቕት፣ ድግግም፣ ግዜን መሸፈኒታትን ትኹረት ብምሃብ ካብ ሰብ ሰብ ርሕቕትካ ምሕላው

ንዘም ዝቐረቡ ምሽርታት ክትግብር እንተደኣ ዘይኪኢልካ ካልኣት ሜላታት ምጥቃምካ ኣረጋግጽ።

1. ብዛዕባ ፍቓደኛታት ተወሽብቲ

ከብ መንበሪ ገዛ ወጻኢ ብፍቓደኝነት ምውሻብ እንታይ ማለት እዩ?

ናይ ኖቭል ኮሮና ቫይረስ ረኽሲ ኣብ ውሽጢ ንኸይስፍሕፍሕ ንምክልኻል እቲ ኣዝዩ ጠቓሚ መንገዲ ብቲ ሕማም ዝተጠቐሙ ሰባት ንባዕሎም ክፈልዩ ምግባር እዩ። እዚ ማለት እውን ሓቢሮምኻ ምስ ዝነብሩ ሰባት ርሕቐትካ ምሕላው እውን እዩ።

ከይኑ ግና ኩሉ ሰብ ኣብ ስድርኡ ርሕቐቱ ሓልዩ ዝቐመጡሉ ዕድል ዘይክህልዎ ይኸእል። ንኣብነት፡ ምስ ብ COVID-19 ብጽኑዕ ምስ ዝሓመመ ሰብ ሓቢሩ ዝነብር እንተኾይኑ እሞ እቲ ገዛ ድማ ጸቢብ እንትኾውን። ከምዙይ ክኸውን ከሎ ብፍቓደኝነት ከብ ገዛ ወጻኢ ኣብ መወሸቢ ማእኸል ክጸንሑ ኣለዎም ምስ ዝተብሃሉ ሰባት ወጻኢታትካ ብከተማ ምምሕዳር እናተሸፈነ ክትጸንሑ ክግበር ይኸእል እዩ። ናብቲ ካብ መንበሪ ገዛ ወጻኢ ዘሎ መወሸቢ ማእኸል ዝልእኸካ እቲ ከተማ ምምሕዳር እዩ።

ካብ መንበሪ ገዛ ወጻኢ ዘሎ መወሸቢ ማእኸል ዝበሃል ናይ ምርመራ ውጽኢትካ ኖቭል ኮሮና ቫይረስ ከም ዘሎካ ዘርኢ እንተኾይኑ ብቲ ከተማ ምምሕዳር ንምጽንሒ ተባሂሉ ዝተዳለወ ቦታ እዩ። እዚ እውን ናይ ውልቕኻ ክፍልታት ዘለዎም ከም ናይ ክብረ በዓላት ኣዳራሽ፣ ሆቴል ክኸውን ይኸእል እዩ። እቲ ቦታ መወሸቢ ማእኸል ተባሂሉ ይጽዋዕ።

ኣብ ፍቓደኛ ናይ መወሸቢ ጻንሒት ግዜ ከባይ እንታይ ይጽበ?

ኣብ ጻንሒትካ ንባዕልኻ ክትንከባኸብ ትጽቢት ይግበር። ክተጽሪ፣ ምግብ ክትእዝዝ ወይ ክተብስል ዘመዳታትካ ምርኻብ፣ ንሓኪምካ ምርኻብ ወዘተ. ዝዘምሰሉ ስራሕቲ ናይ ምስራሕ ሓላፍነት ኣለካ። ንተወሳኺ ኣብ ታሕቲ ንዝተቐመጡ ኣንብብ።

እቲ ጻንሒት ክንደይ ወጪ የሓተኒ?

እቲ ጻንሒት ነጻ ከይኑ ከም ናይ ምግብን ካልኣት ድልየታትካን ወጻኢ ግን ክትከፍል ኣለካ።

2. ንጻንሒት ዝግበር ምድላው

ንቲ ጻንሒት እንታይ ሒዞ ክመጽእ ኣለኒ?

ናይ ውልቕኻ መጥቀሚ ኣቕሑት ከም ባዘ፣ ክዳውንቲ፣ መጻሕፍቲ፣ ኮምፒተር ወይ ታብሌት፣ ናይ መድሓኒት ኣቕሑት ወዘተ. ሒዝካ ክትመጽእ ኣለካ። ከምኡ ውን ከም ምግብ፣ መነቓቓሒ መስተታትን ስናክን ካብ ገዛ ክትመጽእ ትኸእል ኢኻ።

ናብ መወሰቢ ማእኸል ብኸመይ ክኣቱ ይኸእል?

ከም ሕገ ናብ መወሰቢ ማእኸል ንምኽድ መጓዳዊ ባዕልኻ ከተመቻቻኣ ኣለካ። ብናይ ህዝቢ መጓዳዊ ወይ ብታኸሲ ክትከይድ ዮብልካን እቲ ተመራጪ ዝኸውን ብናይ ባዕልኻ መኪና ወይ ድማ በናይ ስድራቤትካ መኪና ብምህታት እንተኸድካ እዩ። እዚ እንድሕር ዘይተኸኢሉ ንቲ ናይ ከተማ ምምሕዳር ክተዘራርብ ኣለካ።

ኣብ ግዜ ጉዕዞ ሓፈሻዊ ሕገ ምክልኻል ምስፍሕፍሕ እቲ ረኽሲ ብትኸክል ምክታልካን ናይ ኣፍን ኣፍንጫን መሸፈኒ ምጥቃመካን ክተረጋግጽ ኣለካ። ብዛዕባ ጠቐሜታ ናይ ኣፍን ኣፍንጫን መሸፈኒ [ብበዓል መዚ ጥዕና ዴንማርክ ዝተሓተመ በራሪ ወረቐት](#) ኣንብብ።

3. ኣብ ጻኒሕትካ እንታይ ክትሰርሕ ኣለካ?

ኣብ ጻኒሕትካ እንታይ ክቐርበላይ ይኸእል?

ምስበጻሕኻ ሓዲሽ ሽጎማኖን ኣንሶላን ይቐርበልካ ከም ኣድላይነቱ ውን ኣብ ጻኒሕትካ ክቐርበልካ ይኸእል እዩ። ናይ ኢድ ሳኒታይዘር፣ ሳሙና፣ ሶፍት፣ መእከቢ ጓሓፍን መነጻጽህታትን ይቐርቡልካ እዮም።

ነጻ ናይ ዋይ ፋይ ኣገልግሎት ትረክብ ኢኻ።

ኣብ ጻንሒተይ ናይ ሕማም ምልክታተይ እናገደዱ እንኸይዶም እንታይ ክገብር ኣለኒ?

ናይ ሕማም ምልክታትካ እናገደዱ እንኸይዶም ሓኪምካ ወይ ድማ ካብ ስሩዕ ናይ ስራሕ ወጻኢ ዘሎ ናይ ሕክምና ኣገልግሎት ክተማኸር ክተማኸር ግዴታ እዩ /1813 ናይ ሕማም ምልክታትካ እናገደዱ እንኸይዶም ኣብቲ ከባቢ ዘሎ ናይ ሕክምና ማእኸል ሓገዝ እንተደሊኻ ናይ ሓይገ ዘብጽሖ ጽኑዕ ሕማም እንተተኸሲቱ ናብ 112 ደውል።

ኣብ እዋን ጻንሒተይ ምግብ ብኸመይ ይረክብ?

እቲ መወሰቢ ማእኸል ብመዕልቲ ሰለስተ ግዜ ምግብ DKK 150 ብመዓልቲ ክቐርበልካ ይኸእል። መኣዝን ከመይን ከም እትኸፍል ድማ ምስቲ መወሰቢ ማእኸል ትስማዕላ። እቲ ዘለኻ ገዛ ክሽነ እንተሃልዩዎ ምግብ ምእዛዝ ወይ ድማ ባዕልኻ ምብሳል ይከእል። እቶም ኣብኡ ዘለዉ ሰራሕተኛታት ናይ መስተ ኣገልግሎት ኣብ ምቕራብ ንስኻ ብትእዘዞ መሰረት/ ብኢንተርኔት ክኸውን ይኸእል ክሕግዙኻ ይኸእሉ እዮም።

ኣብ ጻንሒተይ ናይ ገዛ ጽሬትን ናይ ክዳን ሕጽቦን ብዝምልከት ከ?

ናይ ክፍልኻን ናይ ገዛኻ ከባቢን ኣብ መዓልቲ ሓደ ሻዕ ባዕልኻ ክተጽኦ ኣለካ። ኣብኡ ዘለዉ ሰራሕተኛታት ናይ ሓባር ከባቢታት ኣብ ምጽራይ፣ ጓሓፍ ኣብ ምድፋእን ናይ ጽሬት ኣቕሑ ኣብ ምቕራብን ክሕግዙኻ ይኸእሉ እዮም። ናይ ቤት ሕጽቦ ኣገልግሎት ብኸፍሊትንን ብኸፃፎን ኣብቲ መወሰቢ ማእኸል ብዘለዉ ሰራሕተኛታት ክትረክብ ትኸእል ኢኻ። እቶም ዝሕጸቡ ክዳውንቲ ብ 60 ድግሪ ዝሕጸቡ ምኪኖም ክትፈልጥ ኣለካ ዝረስሑ ክዳውንቲ ብምፍላይን ኣቐዲምካ ቁጻራ ብምሓዝን ብዝተቐለፈ ሻንጣ ንሕጽቦ ኣብ ኣፍ ደገ ገዛኻ ክተቐምጥ ኣለካ።

አብ ዳንሊቲዎ ምስካልኦት ሰባት ከ ክዳውትን ክተሓወስን ይኽእል ዶ?

ብኖብል ኮሮና ቫይረስ ምስካልኦት ሰባት ክተሓወስን ይከብልኩን። ስለዚ ዝጥይቕ ሰባት እውን ክመጡኻ የብሎምን። ኮይኑ ግን ምስ ካልኦት ዝተጠቐሙን ንባዕሎም ዝፈለዩን ሰባት ክተሓወስን ክትዳውትን ትኽእል ኢኻ። ኩሉኸዕ ናይቲ መወሰኒ ማእኸል ሰራሕተኛታት ዘውጽኡዎም መምርሒታት ክትክተል ኣለካ።

ናብ ደገኽ ክወጽእ ይኽእል ዶ?

አብ ዳንሊትካ እቲ መወሰኒ ማእኸል ለቂቕካ ክትወጽእ የብልኩን። አብ ክፍልኻ/ገዛኻ ከባቢ/ኣፓርትመንት ወይ ድማ ብኖብል ኮሮና ቫይረስ ዝተጠቐሙ ሰባት ዝጥቀሙሎም ናይ ሓባር ቦታት ክትጸንሑ ኣለካ። አብ በረንዳኽ ወይ ናይ ገዛኽ ላዕላዊ ምድረቤት ክትጸንሑ ትኽእል ኢኻ ኮይኑ ግና ንኽልኦት ሰባት ክተሓለፈሉ አብ እትኽእል ቦታታት ክትቐመጥ የብልኩን።

አብ መወሰኒ ማእኸል ንኽንደይ ግዜ ዝኣክል ክጸንሑ ይኽእል?

ናይ ሕማም ምልክታትካ ካብ ዝጠፍኡ ን48 ሰዓታት ምስጸናሕኻ ዳንሊትካ ትውድእ። ኮይኑ ግና ናይ ሕማም ምልክታትካ ናይ ስምዒት ምጥፋእ/ ናይ ጣዕምን ጫናን ስምዒታት ምጥፋእ ጥራሕ እንተኾይኑ ዳንሊትካ ክትውድእ ትኽእል ኢኻ።

ተመርጫርካ ከምዘለካ እንተፈሊጥካ ምልክታት ሕማም ግና እንድሕር ዘይብልካ ድሕሪ ምርመራ አብ ዘለዉ 7 መዳሕታት ዳንሊትካ ክትውድእ ትኽእል ኢኻ።

ንገዛኽ እንትተወጽእ ንሰራሕተኛታት መወሰኒ ማእኸልን ከተማ ምምሕዳርን ክተፍልጥ ኣለካ።

4. ተወሳኺ ሓበሬታ

ብዛዕባ ካብ ገዛ ወጻኢ ዘሎ መወሰኒ ማእኸል ዝኾነ ሕቶ እንተሃልዩካ ን ኮሮናኦታርስፖሪንግ (ምክትታል ኮሮና) ናብ **32 32 05 11** ክተማኽር ትኽእል ኢኻ።

ካልኦት ሕቶታት እንተሃልዩኻ ናብ ናይ ዴንማርካዊ መንግስቲ ሆትላይን መስመር በዚ **70 20 02 33** ምድዋል ይከኣል።

ከምኡ ውን እዚ ሓፂር ጽሑፍ **ተመርጫርካ ሓድሽ ኮሮና ቫይረስ ከም ዘሎካ እንተፈሊጥካ እንታይ ክትገብር ኣለካ** ኣንብብ

ብዛዕባ ኖብል ኮሮና ቫይረስ ን COVID-19 አብ sst.dk/corona ብተወሳኺ ምንባብ ይከኣል

ናይ ውሽባ ግዜ ሓፈሻዊ መምርሒታት



ጽሬት

ኢድካ ብማይን ሳሙኛን ብዝገባእ ምሕጻብ ወይ ናይ ኢድ ሳኒታይዘር ምጥቃም ናይ ጽሬት ምሕላው ብፍላይ ድሕሪ ሽቓቕ፣ ድሕሪ ምግባ ምብሰል፣ ድሕሪ ንፋጥካ ምጽራይን ኢድላይ እዩ። ክትስዕል ወይ ክተህንጥስ ከለኻ ሰፍት ወይ መንዲል ተጠቐም ወይ ድማ ብኢድካ ብምሽፋን ተጠቐም። ዝተጠቐምካሉ ሰፍት ወይ መንዲል ሽዑ ንሽዑ ናብ መእከቢ ጎሓፍ ምስደርባኻዮ ብትኽክል ክደኖ። ዝረስሑ ክዳውንትኻ ንምኽጻብ ንሰራሕተኛ ክትህብ ከለኻ ብዘተኣሰረ ሻንጣ ብምግባር ኣብ ኣፍ ደገ ገዛኻ ኣቕምጦ።



ጽሬት

ኣብ ጻንሒትካ ክፍልኻ/ ገዛኻ ብብመዓልቱ ክተጽሪ ኣለካ። ዝኸን ይኹን መጽረዪ ነገራት ምጥቃም ይከኣል። ናይ ውልቕኻ ሽቓቕን መሕጻቢ ሰውነትን ተጠቐም



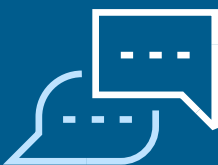
ኣብ ጻንሒትካ መወሰቢ ማእኸል ለቕቕካ ክትወጽእ ዮብልካን

ናይ ምግቢን ሓድሓደ ዕዳጋን ምስ መወሰቢ ማእኸል ሰራሕተኛታት ቁጻራ ብምሓዝ ክቐርብልካ ይኸእል እዩ። በጻሕቲ ክትጽውዕ ዮብልካን ኮይኑ ግና ብስልኪ ብነጻነት ክትረኽቦም ትኸእል ኢኻ። ብመወሰቢ ማእኸል ንዝተወሰኑ ሰባት ዝተዳለዉ ናይ ሓባር መጥቀሚ ቦታት ጥራሕ ተጠቐም።



ኣብቲ መወሰቢ ማእኸል ንዘለዉ ሰራሕተኛታትን ካብቲ ሕጻም ነጻ ንዝኾኑ ሰባትን ካብ ምንኽኻእ ተቐጠብ።

ኣብቲ መወሰቢ ማእኸል ንዘለዉ ሰራሕተኛታትን ካብቲ ሕጻም ነጻ ንዝኾኑ ሰባትን ናይ ኣካላዊ ምትንኻፍ፣ ብኢድ ምጭብባጥን ምትሕቕቕፍን ኣወግድ። ከምኡ ውን ርሕቕትካ እንተነኣሰ 2 ሜትሮ ክትሕሉ ኣለካ።



ናይ ሰራሕተኛታት መምርሒ ተኸተል

ኣብ ጻንሒትካ ናይ ሰራሕተኛታት መምርሒ ተኸተል