ነብስና ብኽምዚ ክንከላኸል ንኽእል

ዝተሓደሰ ኣብ 21.09.2021

ንኮሮና ጠጠው ምባል

ሓድሽs ኮሮናቫይረስ፥ እቶም ቀንዲ ኣገደስቲ ሓበሬታታት

ልበዳ ምስቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ብርቱዓት ሳዕቤናት ክህሉ ይኽእል ከምኡ ድማ ሞት ከስዕብ ይኽእል። ኩላታና ነቶም ሕጋጋት ንኽተሎም እንተኾይና፣ እቶም ብፍላይ ዝተደንገቱ ሰባት ክንከላኸሎም ሓገዝና ከነቕርብ ንኽእል።

ኣስተውዕሉ፥ ሓበሬታ ኣብዚ ወረቐት ጭብጢ ነቶም ሃገራውያን ሕጋጋት የጠቓልል። ኣብ ፍልይ ዝበሉ ክፍለ-ሃገራት/ካንቶናት ጽንዕ ዝበሉ ሕጋጋት ይሰርሑ።

1. ምምሕልላፍ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ

እቲ ቫይረስ ብዝበዝሕ ግዜ ኣብ ቀረባን ንውሕ ዝበለን ርክብ ይመሓላለፍ። ካብ ሓደ ዝተለበደ ሰብ ትሕቲ 1.5 ሜተር ርሕቐት ብዘይ ምክልኻል እንተዘለካ ማለት'ዩ። እዚ ብኽምኡ ክፍጸም ይኽእል፥

- **እቲ ዝተለበደ ሰብ ዘተንፍስ፣ ዝዛረብ፣** እንተኾ ዝበል ወይ ዝስዕል እንተኾይኑ፣ ንጣባት ምስቶም ቫይረሳት ብቐጥታ ኣብ ልፋጭ (ኣብ ኣፍንጫ ኣፍ ወይ ኣዒንቲ) ናብ ኣብ ከባቢ ዘለው ካልኦት ሰባት ከመሓላለፉ ይኽእሉ። ዋላ ምምሕልላፍ ብረቐቕቲ ንጣባት (Aerosole) ብዝያዳ ርሕቐት ይከኣል እዩ፣ ብዙሕ ግዜ ኣይፍጸምን እዩ።
- **ብጽፍሕታትን ኣእዳውን፥** ተላገብቲ ንጣባት ኣብ ጽፍሕታት ምስበጽሑ ካልእ ሰብ እዚኦም ንጣባት ብኢዱ እንድሕር ተቐቢሉ ከምኡ'ውን ሽዑ ን ኣፍ፣ ኣፍንጫ ወይ ኣዒንቲ እንድሕር ተንኪፉ ክልከፍ ይኽእል።

ኣገዳሲ፥ ዋላ ምልክታት ከይተገንዘቡ ከለኹም ንካልኦት ሰባት ውን ክትልብዱ ትኽእሉ። ምኽንያቱ ሓደ ሰብ 2 መዓልትታት ቅድሚ መጀመርታ ምልክታት ክሳብ 10 መዓልትታት ድሕሪ መጀመርታ ምልክታት ተላጋቢ እዩ። ኣብ ብርትዕ ዝበለ ሕማም ዋላ ንዝነውሐ ግዜ ተላጋቢ ክኾውን ይኽእል።

2. ምልክታት ኮቪድ-19

እዚኦም ምልክታት ብዙሕ ግዜ ይቕልቀሉ፥	ዋላ እዚኦም ምልክታት ክመጹ ይኽእሉ፥
– ቃንዛ ጉሮሮ	– ቃንዛ ርእሲ
– ሰዓል (መብዛሕትኡ ግዜ ደረቕ ሰዓል)	– ሓፈሻዊ ድኻም፣ ቀጨውጨው
– ሓጺር ትንፋስ	– ቃንዛ ጨዋዳታት
– ኣፍ-ልቢ	– ሰዓል ኣፍንጫ
– ረስኒ	– ናይ ከብድን መዓንጣን ጸገማት (ስግድግድ፣ ምትፋእ፣ ውጽኣት፣ቃንዛ ከብዲ)
– ሃንደበታዊ ምስኣን ናይ ምሽታት- ወይ/ውን ናይ ምስትምቓር ህዋሳት	– ነድሪ ቆርበት

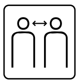
እዚኦም ምልክታት ኮቪድ-19 ዝተፈላለየ ብርትዓት ኣለዎም። እንተላይ ቀለልቲ ክኾኑ ይኽእሉ። እንተላይ ሽግራት ከም ነድሪ ሳንቡእ ይከኣሉ እዮም።

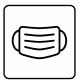
Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Swiss Confederation

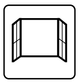
Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH

3. ናይ ጽሬትን ኣደብን ሕጋጋት

ኣብ ፍጻሜታትን መኣከቢታትን፥ ዝተፈቐደ መጠን ሰባት ክኸተል ኣለዎ።


ናብ ካልኦት ሰባት ርሕቐት ትገድፉ፥ ብውሕዱ 1.5 ሜትሮ።


ንሕጋጋት ግዴታ ማስክ ተኸተሉ ኢኹም። ብውሕዱ 1.5 ሜትሮ ዝኸውን ርሕቐት ክትኽተሉ ዘይትኽእሉ እንተኾይንኩም ማስክ ተኸደኑ። እቲ ማስክ ኣፍን ኣፍንጫን ክሽፍን ኣለዎ። ሻርባ ወይ ጨርቂ መተካእታ ማስክ ኣይኮኑን።


ኩሎም ክፍልታት ተደጋጊምኩም ብዙሕ ግዜ ኣናፍስዎም። ኣብ ሓደ ክፍሊ ብዙሕ ሰባት እንተለው፣ እቲ ክፍሊ ድማ ንእሽተይ እንተኾይኑ፣ ብዝያዳ ግዜ ከተናፍስዎ ይግባእኩም። ከተናፍሱ ከለኹም ኣየር ዝኣቱን ዝወጽኡን ክምዝኾነ ግበርዎ።

ኣእዳውኩም ብዝተደጋጋሚ ኣዕሪኹም ብሳሙና ኣጽርዩ። እቲ ሳሙና ነቲ ቫይረስ ዘይዅዳኒ እዩ ዝገብሮ።

እንጥሾ ክትብሉ ወይ ክትስዕሉ ከለኹም ኣብ መንዲል/ሶፍቲ ወይ ኣብ ዳሕረዋይ ምናትኩም ግበሩ። ናይ ወረቐት መንዲላት ተጠቐሙሎም ከምኡ ድማ ሓንሳዕ ጥራይ ተጠቐምሎም ኢኹም።

ብኢድ ሰላም ምባል ከምኡ ድማ ምሕቛፍን ምስዓምን ትውግዱ።

ብዝተኻእለኩም ካብ ገዛኹም ስርሑ ኢኹም።

ናብ ቤት-ጽሕፈት ሓኪም ወይ ጨንፈር ህጹጽ ኩነታት ቅድሚ ምኻድኩም፣ ብተሌፎን ተመዝገቡ።

ኣብ መንጎ ሕጋጋት ጽሬትን ኣደብን ተወሰኽቲ ሕጋጋት ክኽተሉ ኣለዎም። እዚኦም ሕጋጋት ኣብ ታሕቲ ኣብ ዓናቕጽ 4፣ 5፣ 6 ከምኡ'ውን 7 ናይዚ ሰነድ ጭብጢ'ዚ ተጻሒፎም።

ቀሊል ሓፈሻዊ ሓበሬታ ናይ ኩሎም ግዝያውያን ሕጋጋት ኣብቲ ፖስተር ኣብዚ ትረኽቡ፥ xxx። www.bag.admin.ch/migration-covid-en።

4. ምምርማር

ሓደ ወይ ካብ ሓደ ንላዕሊ ካብቶም ብብዝሒ ዝርኣዩ ምልክታት ኮቪድ-19 (ንምዕራፍ 2 ረኣዩ) ምስዝህልወኩም ብኮሮናቫይረስ ሓሚምኩም ክትኮኑ ትኽእሉ ኢኹም። እዞም ዝስዕቡ መምርሒታት ብጽኑዕ ተኸተልዎም፥

- ብዝቐልጠፈ ተመርመሩ ኢኹም። መርመራ ኣብ ቤትጽሕፈታት ሓኪም፣ ሆስፒታላት ወይ ኣብ ፍሉያት መመርመሪ ማእከላትምክያድ። ዝርዝር ናይዚኦም ጨናፍር መርመራ ኣብ ትሕቲ www.bag.admin.ch/testing#197439718ትረኽቡ። መርመራ ነጻ እዩ።
- ኣብ ገዛ ክትተርፉን ዝኾኑ ርክባት ማስ ካልኦት ሰባት እቲ ውጽኢት መርመራ ክሳብ ዘለኩም ክትውግዱ ኣለኩም።
  - **ኣብ ኣሉታዊ ውጽኢት መርመራ፥**ነቶም «መመርሒታት ብዛዕባ ግለላ»ተኸተሉ ኢኹም። እቶም መምርሒታት ኣብ ትሕቲ www.bag.admin.ch/migration-covid-en ትረኽቡ።
  - **ኣብ ኣሉታዊ ውጽኢት መርመራ፥** ክሳብ 24 ሰዓታት ምልክታት ዘይብልኩም ኣብ ገዛ ትረፉ፣ ብዘይካ እንድሕር ተወሺብኩም ዘለኹም።

ብዝተኻእለ መጠን ኩሎም ልበዳታት ምስቲ ኮሮናቫይረስ መታን ክፍለጡ እንተላይ ምልክታት ዘይብሎም ሰባት ክምርመሩ እዮም። እዚ ኣብ ተደጋገምቲ መርመራታት ኣብ ስራሕ ወይ ኣብ ትካላት ክኸውን ይኽእል። ተሳትፎ ኣብ ከምዚ ዓይነት መርመራታት

ወለንታዊ እዩ ከምኡ ድማ ነጻ። ኣብ ተደጋገምቲ መርመራታት ክትሳተፉ ኣማራጺ እንተለኩም፣ ከምኡ ክትገብሩ ንመኽረኩም፣ ንስኹምን ካልኦት ሰባትን ምእንቲ ክትከላኸሉ።

ዋላ ባዕልኹም ነጻ ርእሰ መርመራ ክተካይዱ ትኽእሉ ንኣ. ቅድሚ ምብጻሕ ኣብ ሆስፒታል ወይ ኣብ ኣቦሓጎን ዓባይን። ባዕልኹም እትገብርዎ መርመራ ብነጻ ኣብ ፋርማሲ ክትወሃቡ (5 መርመራታት በብ 30 መዓልታት ንዘይተኸተቡን ዘይሓወዩን)።

ኣበይ ከምትምርመሩ፣ ውጽኢት መርመራ ምስተወሃብኩም ከመይ ጌርኩም ክትቕጽሉ ከምዘለኩም ኣብኡ ሕተቱ ወይ ኣብቲ መርበብ ኢንተርነት ሓበሬታ ውሰዱ www.bag.admin.ch/testing#242157159።

ሓድሽ ኮሮናቫይረስ እንተሎኒ መዓስ ክምርመር ኣለኒ፤ ኣብቲ ምስሊ «ኣኪያይዳ ምምርማር» እንታይ ከምዝግበር ከተረጋግጹ ኢኹም። ሓደ መርመራ ምልክታት ዋላ ውን ብዘይ ምልክታት ጠቓሚ ክኸውን ይኽእል።

5. ምግላልን ምውሻብን

መውጋድ ግለላን ውሸባን፣ እቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ቀጺሉ መታን ከይዝርግሕ። ሓደ ብኮሮናቫይረስ ዝተለበደ ሰብ ወይ ልበዳ ዝተገመተሉ ሰብ ኣብ ገዛ ክተርፍ ኣለዎ ከምኡ'ውን ዝኾነ ርክብ ምስ ካልኦት ሰባት ክህልዎም የብሎምን። ብኸምኡሓድሽቲ ልበዳታት ክውገዱ ይከኣሉ። እእዞም ሕጋጋት ዝስዕብ እዮም፥

ግለላ፥ ፖዚቲቭ/ቫይረስ ዝተረጋገጸሎም ሰባት ኣብ መርመራ ክግለሉ ኣለዎም። 10 መዓልትታት ካብቶም ቀዳሞት ምልክታት ሕማም ምስሓለፉ **ከምኡ'ውን** ሓደ ሰብ ካብ 48 ሰዓታት ዝኾኑ ምልክታት ሕማም ምስሰኣነ እቲ ግለላ ክውዳእ ይከኣል።

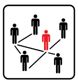
ውሸባ፥ ምስ ሓደ ኮሮናቫይረስ ዝተረጋገጸሉ ሰብ ቀረባ ርክብ ዝነበሮም ሰባት ን10 መዓልትታት ክውሸቡ ኣለዎም።

ኩነታት ንሕጽር ዝበለ ውሸባ
ክፍለ-ሃገራዊ ቤት-ጽሕፈት ፍቓድ ምስሃበ፣ እቲ ውሸባ ካብ 7ይ መዓልቲ ክሕጸር ይከኣል። ግና ነዚ ቅድሚኡ ኣሉታዊ ውጽኢት መርመራ ክትምስክሩ ኣለኩም። እቲ መርመራ ነጻ እዩ። ዝተሓወዩን ብምልኡ ዝተኸተቡ ሰባት ክውሸቡ ኣየድልዮምን። እቲ ክታበት ወይ እቲ ልበዳ ምስቲ ኮሮናቫይረስ ኣብቶም ዝሓለፉ 12 ወይ 6 ኣዋርሕ ሽዑ ግን ብጽሑፍ ተረጋጊጹ ክህሉ ኣለዎ።

ቀጻሊ ሓበሬታ ብዛዕባ ውሸባን ግለላን ኣብ «መምርሒታት ግለላ» ወይ «መምርሒታት ውሸባ» ኣብዚ ትረኽቡ www.bag.admin.ch/migration-covid-en።

መግለጺ ቪድዮ ብዛዕባ ግለላ ብጀርመንኛ፣ ፈረንስኛ፣ ጣልያንኛ ከምኡ'ውን እንግሊዝኛ ኣብዚ ክትረኽቡ፥ www.foph-coronavirus.ch/downloads/#isolation። ብድምጺ ዝተተርጐመ ቪድዮ ካብ ዲያስፖራ TV ኣብ 16 ቋንቋታት ኣብዚ ክትረኽቡ www.migesplus.ch/en/publications/are-you-sick-at-home-with-coronavirus ትረኽቡ።

6. ምክትታል ርክብ



መርመራ ኮሮናቫይረስ ኣብ ሓደ ሰብ ፖሲቲቭ ምስወጸ፣ እቲ ምክትታል ርክብ ብክፍለ-ሃገራዊ ብዓል መዚታት ክጅምር'ዩ፥

- እቶም ክፍለ-ሃገራውያን ቤትጽሕፈታት ብሓንሳብ ምስቲ ዝተለበደ ሰብ፣ ኮሮናቫይረስ ዝተረጋገጸሉ ሰብ ማለት'ዩ፣ ምስ መን ቀረባ ርክብ ከምዝነበሮ -ኣብቶም ክልተ መዓልትታት ቅድሚ መጀመርታ ምልክታት ክሳብ ግለላ።
- እቶም ብዓል-መዚታት ነቶም ሰባት ርክብ ብዛዕባ ክኸውን ዝኽእል ልበዳ ከምኡ'ውን ብዛዕባ ቀጻሊ ኣኪያይዳ ይሕብሩ።
- እዚኦም ሰባት ዋላ ምልክታት እንተዘይብሎም ኣብ ኳራንተይን ክህልዉ ኣለዎም። እዚ ካብ ዝሓለፈ ርክብ ምስ ልበዳ ዝነበሮ ሰብ 10 መዓልታት ብቕዓት ኣለዎ።
- ኣብ መንጎ እዚኦም 10 መዓልትታት ልበዳ እንተ ዘይተረጋጊጹ፣ እቶም ብዓል-መዚታት ነቲ ውሸባ ክስርዙ እዮም።
- ሓደ ርክብ ዝነበሮ ሰብ ድሮ ምልክታት ሕማም እንተለዎ፣ ወይ ኣብ እዋን ምውሻብ ምልክታት ዝቕልቀሉ እንተኾይኖም፣ ክምርመር ኣለዎ ከምኡ'ውን ብዝቐልጠፈ ክግለል ኣለዎ።

ሓደ መግለጺ ቪድዮ ብዛዕባ ምክትታል ርክብ ኣብ ጀርመንኛ፣ ፈረንሰኛ፣ ጣልያንኛ፣ ረትሮሮማንኛ፣ እንግሊዝኛ፣ ኣልባንኛ፣ ሰርብኛ፣ ፖርቱግኛ ከምኡ ድማ ስፓኛ ኣብዚ ትረኽቡ፥ www.foph-coronavirus.ch/downloads/#tracing።

እቲ ክፍለ-ሃገራዊ ጨንፈር ብቕልጡፍ ክሕብረኩም ኣይክእልን ይኸውን። **ስለዚ ባዕልኹም ብዝተኻእለኩም መጠን ክትግለሉ ወይ ክትውሸቡ ኣገዳሲ እዩ።** ኮቪድ-19 ኣብ መርመራ እንድሕር ተረጋጊጹልኩም ቀረባ ቀረብትኹም ባዕልኹም ክትሕብርዎም ኣለኩም።

7. መእተዊ ኣብ ስዊዘርላንድ

ኲሎም እቶም ናብታ ሃገር ዚኣትዉ መእተዊ ፎርም ኬቕርቡ ኣለዎም። ነቲ ፎርም መእተዊ ኣብ swissplf.admin.ch **ኽትረኽብዎ ትኽእሉ ኢኹም።** ምሉእ **ብምሉእ ክትከላኸለሉ ወይ ክትሓዊ እንተ ዘይክኢልካ ኣሉታዊ ውጽኢት መርመራ እውን ኪህልወካ ኣለዎ። ኣብ ክልተ** ሳዕ ኣሉታዊ ናይ **ፒ. ሲ. ኣር. መርመራ ወይ ቅልጡፍ** ጸረ-ጀን መርመራ **ኽትገብር ክትሕተት ኢኻ ፥**

- **ምስ ኣተኻ - ኣብቲ እትነቕለሉ ቦታ** ናይ ፒ. ሲ. ኣር. መርመራ ወይ ቅልጡፍ ጸረ - ጀን መርመራ ግበር። ነቲ ውጽኢት መርመራ ምስቲ እተዛዘመ መእተዊ ፎርም ብሓንሳብ ኣቕርቦ።
- **4-7 መዓልቲ ድሕሪ ምእታው፥ ድሕሪ ሒደት መዓልትታት** ካብ **ዝኣተኻሉ** ኣብ ስዊዘርላንድ ካልእ ናይ ፒ. ሲ. ኣር. መርመራ ወይ ቅልጡፍ ጸረ-ጀን መርመራ ኽትወስድ ኢኻ። እዚ ውጽኢት መርመራ እዚ ናብቲ ካንቶን/ክፍለ-ሃገር ክወሃቦ ኣለዎ።

ብዛዕባ "ናብ ስዊዘርላንድ ምእታው" ዚገልጽ ተወሳኺ ሓበሬታ ኣብ ብስም ተመሳሳሊ መርበብ ኢንተርነት ኪርከብ ይከኣል እዩ፦ https://www.bag.admin.ch/entry

8. ብፍላይ ዝተደንገቱ ሰባት

ንፍልይ ዝበሉ ሰባት ልበዳ ምስቲ ኮሮናቫይረስ ሓደገኛ እዩ። ንሳቶም ብብርትዕ ክሓሙ ወይ ክሞቱ ይኽእሉ። እቶም ዝስዕቡ ብቀንዲ ተደንጊቶም እዮም፥

- ዓበይቲ ሰባት (ርክሳ ንብርትዕ ዝበለ ኣክያይዳ ኣብ ሓደ ልበዳ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ምስቲ ዝውስኽ ዘሎ ዕድመ እናበዝሐ ይኸይድ። ልዕሊ 50 ዘዕደሙ ሰባት ብዝያዳ ተኽእሎ ናብ ሆስፒታል ክኸዱ ኣለዎም። ቅድም ዘለው ሕማማት ነቲ ርክሳ ይውስኽዎ።
- ጥኑሳት ኣንስቲ
- ትሪሶሚ 21 ዘለዎም ብጹሓት
- ፍሉያት ዓይነታት ዝስዕቡ ሕዱራት ሕማማት ዘለዎም ብጹሓት ሰባት፥
  - ጸቕጢ-ደም
  - መትኒ-ልባዊ ሕማማት
  - ሽኮርያ
  - ናይ ሳንቡእን ምስትንፋስን ሕማማት
  - ንስርዓተ ምክልኻል ብያነ ዘድክሙ ሕማማትን ፍወሳታትን
  - መንሽሮ
  - ብርቱዕ ልዕለ-ሚዛን (ህዝርጥና፣ 35ን ዝያዳን BMI ዘለዎም)
  - ውድቀት ኩሊት
  - ሲሮሲስ

ካብዚኦም ሰባት እንተኾይንኩም ከምኡ'ውን ናይ ኮቪድ-19 ምልክታት ሕማም እንተለውኹም (ዓንቀጽ 2 ረኣ)፣ ሽው **ብዝቐልጠፈ ሓኪምኩም ወይ ሆስፒታል ደውሉ ኢኹም ከምኡ'ውን መርመራ ግበሩ። ቀዳም ይኹን ሰንበት ብዘየገድስ።** ናይ ሕማም ምልክታትኩም ግለጹ ከምኡ'ውን ካብቶም ልዑል ናይ ሕማም ተኽእሎ ዘለዎም ሰባት ምዃንኩም ሓብሩ።

9. ምኽታብ

ኣብ ስዊዘርላንድ ኣንጻር ኮቪድ-19 ክትኽተቡ ትኽእሉ ኢኹም። እቲ ትካል ናውቲ ፈውስታት Swissmedic ነቶም ባእታታት ክታበት ኣፅርዩ ምስመርመሮም ኣፍቂድዎም። ውሕሳት እዮም ከምኡ'ውን ይሰርሑ እዮም።

ኣብ ኩሉ ክታበት ጉድናውያን ሳዕቤናት ክቕልቀሉ ይኽእሉ። ብሎሚ ዘሎ ፍልጠት እቲ ርከሳ ንብርትዕ ዝበሉ ጉድናውያን ሳዕቤናት ድሕሪ'ቲ ክታበት ኮቪድ-19 ዝነኣሰ እዩ፣ ድሕሪ ልበዳ ምስ ኮሮናቫይረስ ግና ናይ ብርትዕ ዝበለ ሕማም ዘሎ ድንገት ኣጸቢቑ ይዓቢ፣ ዝያዳ ተኽእሎ ከምዘለዎ ማለት'ዩ።

ክታበት ትሕቲ 12 ዘዕደሙ ቆልዑት ገና ኣይተመደበን፣ ብዛዕባ ርከሳታቶም መጽናዕቲ ክሳብ ሕጂ ስለዘይተገበረን።

እቶም ክፍለ-ሃገራት ንምኽታብ ተሓተትቲ እዮም። መዓስን ኣበይን ክትኽተቡ ከምዘለኩም ካብ ብዓል-መዚታት ኣብ ክፍለ-ሃገርኩም(www.foph-coronavirus.ch/cantons) ክትፈልጡ። ዋላ እቲ ሃገራዊ ኢንፎላይን ኮቪድ-19-ክታበት (+41 58 377 88 92፣ መዓልታዊ ካብ ሰዓት 06.00-23.00) ሓበሬታ ይህብ፣ ኣየናይ ጨንፈር ኣብ ክፍለ-ሃገርኩም ተሓታቲከምዃኑ። ንስኹም ውን ሓንቲ/ሓደ ሓኪም ወይ እትኣምኑ ሰብ ንክትኽተቡ መታን ከመዝግቡኹም ክትሓቱ ትኽእሉ።

እቲ ክታበት ኮቪድ-19 ነጻ እዩ ከምኡ'ውን ንኩሎም ኣብ ስዊዘርላንድ ዝቕመጡ ነጻ እዩ።

ቀጻሊ ሓበሬታ ብዛዕባ ምኽታብ ኣብቶም ወረቓቕቲ ጭብጥታት ትረኽቡ፥ www.bag.admin.ch/migration-covid-en።

መግለጺ ቪድዮ ናይ ድያስፖራ/Diaspora TV ኣብ 15 ቋንቋታት ብዛዕባ ኣርእስቲ ምኽታብ ኣብዚ ክትረኽብዎ www.migesplus.ch/en/publications/information-about-covid19-vaccination-in-switzerland።

ብዛዕባ ኮቪድ-19 ገሊኦም ግጉይ መልእኽትታት ይዞሩ። ኣብዚኦም ቪድዮታት መብዛሕትኦም ናይ ክታበት ወረታት ትረኽቡ ከም ኡውን ስለምንታይ ብቕዓት ከምዘይብሎም ዝገልጽ መግለጺ ትረኽቡ።

10. ኮቪድ-ሰርቲፊከት

እቲ ኮቪድ-ሰርቲፊከት ናይ ኮቪድ-19 ክታበትኩም ይስንድ፣ ኣሕሊፍኩም ዝነበርኩም ሕማም ወይ ኣልይታዊ ውጽኢትኩም መርመራ። እቲ ኮቪድ-ሰርቲፊከት ብወረቐት ወይ ብ ኮድ-QR ክትቕበሉ ትኽእሉ ኢኹም። ነዚ እቲ ኤፕ «COVID Certificate» ዳውንሎድ ጌርኩም ስሓቡ።

ኣብ ስዊዘርላንድ እንድሕር ተኽቲብኩም ኔርኩም፣ ሰርቲፊከትኩም ኣብቲ ተኽቲብኩምሉ ቦታ ክትወሃቡ ኢኹም። ቫይረስ ኮሮና ዘይተረጋገጸልኩም ኣንድሕር ኮይኑ፣ እቲ ሰርቲፊከት ብቐጥታ ኣብ ሸዑ ቦታ ብኢመይል ክስደደልኩም እዩ ወይ ኣብ «COVID Certificate»-ኤፕ ከመሓላልፈልኩም እዩ።

ንገሊኦም ቦታታት ኣብ ህዝባዊ ህይወት ሰርቲፊከት ኣድላይ እዩ፣ ንኣ. ኣብ ፍጻሜታት ውሽጣዊ ቦታታት፣ ኣብ ዲስኮታት፣ ትካላት ዕረፍቲ ከም ሲነማታት፣ ጂም/እንዳ ስፖርት ወይ መሕምበሲታት ከምኡ ድማ ውሽጣውያን ቦታታት ናይ ቤት-መግቢ። ንድኳውንቲ፣ ህዝባዊ መጐዓዝያን ግላውያን መራኽቢታት (ክሳብ 30 ሰባት) ሰርቲፊከት ኣድላይ ኣይኮነን።

11. ሓገዝ ምርካብ

መርበብ ኢንተርነት migesplus.ch፥ ኣብዚ መርበብ'ዚ ብዙሓት ተወሰኽቲ ሓበሬታታት ብዛዕባ ኮቪድ-19 ትረኽቡ። እዞም ሓበሬታታትኣብ ብዙሓት ቋንቋታት ተተርጒሞም፥ www.migesplus.ch/en/topics/coronavirus-covid-19

ኣስተርጓምቲ፥ ኣብ ሆስፒታል ክትረዳድኡ ዘይትኽእሉ እንተኾይንኩም ንሓደ ኣስተርጓሚ ወይ ንሓንቲ ኣስተርጓሚት ካብ መጀመርያ ሕተቱ። ብተሌፎን ውን ናይ ምስትርጓም ኣገልግሎት ኣሎ። ሞያውያን ተርጎምቲ ክጽውዑ እንተኾይኖም፣ ንቤተሰብኩም

ኮቪድ-19፥ ሓበሬታታት ብቛንቋታት ህዝቢ ስደት

ንኽትርጉምልኩም ናብ ሕክምና ክትሕዝዎም ኣየድልየኩምን። ብኽምዚ ካብ ልበዳ ክድሕኑ ይኽእሉ። ኣብ መስርሕ ሕክምና ንኽርድኣኩምን ንኻልኦት ከተረድኡን መሰል ኣለኩም።

ኣገደስቲ ተሌፎን ቁጽርታትን ኢሜይል ኣድራሻታትን

- ኣብ ገዛኹም ምፍርራሕ ዝግበረኩም እንተኾይኑ ስቱራት ኣገልግሎታት ምኽርን ሓለዋን ትረኽቡ ብ www.opferhilfe-schweiz.ch (ጀርመንኛ) / www.aide-aux-victimes.ch (ፈረንስኛ) / www.aiuto-alle-vittime.ch። (ጣልያንኛ)። ኣብ ህጹጽ ኩነታት ንፖሊስ ደውሉ ብ ተሌፎንቁጽሪ 117።
- ምድዋል ህጹጽ እዋን (ኣምቡላንስ) ብቁጽሪ ተሌፎን 144 ትረኽቡ። እዚ ቑጽሪ ኣብ ሙሉእ ስዊዘርላንድ ንኹሉ ህጹጽ ሕክምናዊ ጉዳያት ለይትን መዓልትን ይሰርሕ።
- ስልኪ ሓበሬታ ብዛዕባ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ፥ ብቑጽሪ ተሌፎን 058 463 00 00 ንሓድሽ ኮሮናቫይረስ ዝምልከቱ ሕቶታት ይምለሱ።
- ዘቤታዎ ሓኪም ዘይብልኩም እንተኾይኑ፥ Medgate ብቁጽሪ 0844 844 911 ኩሉ መዓልትን ለይትን ንዓኹም ይርከብ እዩ።

12. ተወሰኽቲ ሓበሬታታት

www.bag-coronavirus.ch
www.bag.admin.ch/neues-coronavirus (ጀርመንኛ፣ ፍራንስኛ፣ ጣልያንኛ፣ እንግሊዝኛ)

www.foph-coronavirus.ch