ነብስና ብኸምዚ ክንከላኸል ንኽእል

ዝተሓደሰ ኣብ 25.01.2022

ንኮሮና ጠጠው ምባል

ሓድሽ 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 ዝተደንገጹ 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 ብዝበዝሐ ግዜ ኣብ ቀረባን ንውሕ ዝበለን ርክብ ይመሓላለፍ። ካብ ሓደ ዝተለበደ ሰብ ትሕቲ 1.5 ሜተር ርሕቐት ብዘይ ምክልኻል እንተዘለካ ማለት'ዩ። እዚ ብኸምኡ ክፍጸም ይኽእል፥

- **ብንጣባት፥** እቲ ዝተለበደ ሰብ ዘተንፍስ፣ ዝዛረብ፣ እንጥሾ ዝበል ወይ ዝስዕል እንተኾይኑ፣ ንጣባት ምስቶም ቫይረሳት ብቐጥታ ኣብ ልፋጭ (ኣብ ኣፍንጫ ኣፍ ወይ ኣዒንቲ) ናብ ኣብ ከባቢ ዘለው ካልኦት ሰባት ክመሓላለፉ ይኽእሉ። ዋላ ምምሕልላፍ ብረቛቕቲ ንጣባት (Aerosole) ይከኣል እዩ። ብኤሮሶል ምምሕልላፍ ኣብ ሓጺር ርሕቐት ወይ ኣብ ነዊሕ ርሕቐት ኪመሓላለፍ ይኽእል እዩ። እዚ ዓይነት ምምሕልላፍ እዚ ብቐንዱ ኣብ ንኣሽቱ ኹ'ነ ብዙሕ ኣየር ኣብ ዘይርከበሉ ውሽጣዊ ኽፍልታት እዩ ዚግበር፣ ኣብኡ ኸኣ ኤሮሶል ንነዊሕ እዋን ኪእከብ ይኽእል እዩ።
- **ብጽፍሕታትን ኣእዳውን፥** ተላጊበቲ 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። ምኽንያቱሓደ ሰብ 2 መዓልትታት ቅድሚ መጀመርታ ምልክታት ክሳብ 10 መዓልትታት ድሕሪ መጀመርታ ምልክታት ተላጋቢ እዩ። ኣብ ብርትዕ ዝበለ ሕማም ዋላ ንዝነውሐ ግዜ ተላጋቢ ክኸውን ይኽእል።

2. ምልክታት ኮቪድ-19

እዚኦም ምልክታት ብዙሕ ግዜ ይቕልቀሉ፥
– ቃንዛ ጉሮሮ
– ሰዓል (መብዛሕትኡ ግዜ ደረቕ ሰዓል)
– ሓጺር ትንፋስ
– ኣፍ-ልቢ
– ረስኒ
– ሃንደበታዊ ምስኣን ናይ ምሽታት- ወይ/ውን ናይ ምስትምቓር ህዋሳት
– ቃንዛ ርእሲ
– ሓፈሻዊ ድኻም፣ ቀጨውጨው
– ቃንዛ ጨዋዳታት

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

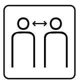
Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH

– ሰዓል ኣፍንጫ
– ናይ ከብድን መዓንጣን ጸገማት (ስግድግድ፣ ምትፋእ፣ ውጽኣት፣ቃንዛ ከብዲ)
– ነድሪ ቆርበት

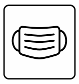
እዚኦም ምልክታት ኮቪድ-19 ዝተፈላለየ ብርትዓት ኣለዎም ከምኡውን ከከም ዓይነት ቫይረስ ክፈልዩ ይኽእሉ። ዋላ ጉንፋዕ ጥራይ ልበዳ ከልዕል ይኽእል። እንተላይ ቀለልቲ ክኾኑ ይኽእሉ። እንተላይ ሽግራት ከም ነድሪ ሳንቡእ ይከኣሉ እዮም።

3. ናይ ጽሬትን ኣደብን ሕጋጋት

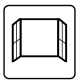
ኣብ ፍጻሜታትን መኣከብታትን፥ ዝተፈቐደ መጠን ሰባት ክኽተል ኣለዎ።



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።

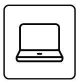


ኩሎም ክፍልታት ተደጋጊምኩም ብዙሕ ግዜ ኣናፍስዎም። ኣብ ሓደ ክፍሊ ብዙሕ ሰባት እንተለው፣ እቲ ክፍሊ ድማ ንእሽቶይ እንተኾይኑ፣ ብዝያዳ ግዜ ከተናፍስዎ ይግብኣኩም። ከተናፍሱ ከለኹም ኣየር ዝኣቱን ዝወጽኡን ከምዝኾነ ግበርዎ።

ኣእዳውኩም ብዝተደጋገሚ ኣዕሪኹም ብሳሙና ኣጽርዩ። እቲ ሳሙና ነቲ ቫይረስ ዘይጓዳኒ እዩ ዝገብሮ። ኢድካ ምሕጻብ ዘይከኣል እንተ ኾይኑ፣ መምከኒ ኢድ ንቫይረሳት ጉድኣት ከም ዘይብሉ ንምግባር ዚሕግዝ ጽቡቕ ኣማራጺ እዩ።

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።



ብዝተኻእለ ኣብ ገዛ ምስራሕ ግድነታዊ እዩ።

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

ኣብ መንነ ሕጋጋት ጽሬትን ኣደብን ተወሰኽቲ ሕጋጋት ክኽተሉ ኣለዎም። እዚኦም ሕጋጋት ኣብ ታሕቲ ኣብ ዓናቅጽ 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። ተወሺብኩም እንተኾይንኩም ውሸባ ክሳብ ዝውድእ ክትትረፉ ኣለኩም።

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።

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

ብኸመይ ኮሮናቫይረስ ክትምርመሩ ዘይትምርመሩ ርግጸኛ ኣይኮንኩምን፣ ኣብቲ «ኣከያይዳ ምምርማር» ዝብሃል ምስሊ እንታይ ክትገብሩ ከምዘለኩም ከተረጋግጹ ኢኹም። ምልክታት ዘለዎ መርመራ ዋላ ብዘይ ምልክታት ምህላው 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፥

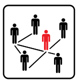
ግለላ፥ ፖዚቲቭ/ቫይረስ ዝተረጋገጸሎም ሰባት ኣብ መርመራ ክግለሉ ኣለዎም። 10 መዓልትታት ካብቶም ቀዳሞት ምልክታት ሕማም ምስሓለፉ **ከምኡ'ውን** ሓደ ሰብ ካብ 48 ሰዓታት ዝኾኑ ምልክታት ሕማም ምስሰኣነ እቲ ግለላ ክውዳእ ይከኣል።

ውሸባ፥ ምስ ሓደ ኮሮናቫይረስ ዝተረጋገጸሉ ሰብ ቀረባ ርክብ ዝነበሮም ሰባት ን5 መዓልትታት ክውሸቡ ኣለዎም። ግና ኣብ ዝሓለፉ ኣርባዕተ ኣዋርሕ ብምልኡ ተኸቲቦም ወይ ሕማም ኮቪድ ሒዞም ተሓውዮም እንተኾይኖም ክውሸቡ ኣየድልዮምን።

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 ኣከያይዳ ይሕብሩ።
- እዚኦም ሰባት ዋላ ምልክታት እንተዘይብሎም፣ ዘይተኸተቡ ወይ ዘይሓወዩ እንተኾይኖም ኣብ ኳራንተይን ክህልዉ ኣለዎም። እዚ ካብ ዝሓለፈ ርክብ ምስ ልበዳ ዝነበሮ ሰብ 5 መዓልታት ብቕዓት ኣለዎ።
- ኣብ መንጎ እዚኦም 5 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።

ኮቪድ-19፥ ሓበሬታታት ብቋንቋታት ህዝቢ ስደት

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

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

7. መእተዊ ኣብ ስዊዘርላንድ

ኩሎም እቶም ናብታ ሃገር ዚኣትዉ መእተዊ ፎርም ኬቕርቡ ኣለዎም። ነቲ ፎርም መእተዊ ኣብ swissplf.admin.ch ኽትረኽብዎ ትኽእሉ ኢኹም። ካብ ሓደ ምስ ስዊዘርላንድ ዘይዳወብ ቦታ ናብ ስዊዘርላንድ እንተትኣትዉ ኮይንኩም፣ ክትምርመሩ ኣለኩም። ኣብ ክልተ ሳዕ ምስክር ኣሉታዊ **መርመራ** ከተቕርቡ ክትሕተቱ፥

- **ምስ ኣተኹም፡-** ኣብቲ እትነቕሉ ቦታ ናይ ፒ.ሲ.ኣር. መርመራ ወይ ቅልጡፍ ጸረ-ጅን 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-ጅን 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 (ርከሳ ንብርትዕ ዝበለ ኣከያይዳ ኣብ ሓደ ልበዳ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ምስቲ ዝውስኽ ዘሎ ዕድመ እናበዝሐ ይኸይድ። ልዕሊ 50 ዘዕድሙ ሰባት ብዝያዳ ተኽእሎ ናብ ሆስፒታል ክኸዱ ኣለዎም። ቅድም ዘለው ሕማማት ነቲ ርከሳ 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 ረአ)፣ ሽዑ **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 ጐድናውያን ሳዕቤናት ክቕልቀሉ ይኽእሉ። ብሎሚ ዘሎ ፍልጠት እቲ ርከሳ ንብርትዕ ዝበሉ ጐድናውያን 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።

ክታበትኩም ዝያዳ ኣርባዕተ ኣዋርሕ ኣብ ሕሉፍ ድዩ ዘሎ፥ ሽዑ ሓደ መሕደሲ/ተወሳኺ ክታበት ክትገብሩ ተመዝገቡ ኢኹም። እቲ መሕደሲ ክታበት ካብ ሓድሽ ሕማም ኣዝዩ ጽቡቕ ጌሩ ክከላኸለኩም እዩ።

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 ይሰንድ፣ ኣሕሊፍኩም ዝነበርኩም ሕማም ወይ ኣልይታዊ ውጽኢትኩም መርመራ (3G)። ምስክር/ሰርቲፊከት ኮቪድ ብመሰረት ሕቶ ብወረቐት ወይ ብሰነድ ፒ.ዲ.ኤፍ. ወይ ብኮድ-QR ክወሃበኩም እዩ። ነዚ ድማ “COVID-Certificate” ዝብሃል ኤፕሊከሽን ካብ ኢንተርነት ዳውንሎድ ብምግባር ኣምጽኡዎ።

ኣብ ስዊዘርላንድ እንድሕር ተኸቲብኩም ኔርኩም፣ ሰርቲፊከትኩም ኣብቲ ተኸቲብኩምሉ ቦታ ወይ ብዲጂታል ከም ፒ.ዲ.ኤፍ. ክትወሃቡ ኢኹም። ቫይረስ ኮሮና ዘይተረጋገጸልኩም (ነጋቲቭ) ኣንድሕር ኮይኑ፣ እቲ ሰርቲፊከት ብቐጥታ ኣብ ሽዑ ቦታ ክወሃበኩም፣ ብዲጂታል ብኢመይል ወይ ኣብ «COVID Certificate»-ኤፕ ከመሓላልፈልኩም እዩ። ነቲ ኮሮናቫይስ ኣወንታዊ ተመርሚርካ እንተደኣ ኼንካ ነቲ ኮቪድ ምስክር ወረቐት ብናይ ሃገራዊ ማእከል ሰርቲፊከት ኮቪድ ክትጠልቦ ትኽእል።

ኣብ ገሊኡ ህዝባዊ ናብራ ንኣ. ኣብ ውሽጢ ኣብ ዚግበር ንጥፈታት፣ ኣብ ዲስኮታት፣ ኣብ ከም ሲነማታት ኣብ መአከቢታት ኣብ ግዳም ኣብ ዚርከብ መሐንበሲ ጋብላታት ከምኡውን ኣብ ውሽጢ ንዚርከብ መመገቢ ኽፍልታት ምስክር ወረቐት ምስክር ኮቪድ ኣድላይ እዩ። ከከም እቲ ኸባቢ ወይ ፍጻመ ምስክር ወረቐት እቶም ዝተኸተቡን ዝተሓወዩን ብኣሉታዊ ዝተፈተኑን ሰባት (3G) ወይ ከኣ ሰባት (2G) ወይ ከኣ እቶም ኣሉታዊ ውጽኢት ፈተና ዘለዎም ዝተኸተቡን ዝሓወዩን ሰባት ጥራይ እዩ ተቐባልነት ዘለዎ። ንኣብነት ድኳናት፣ ህዝባዊ መጓዓዝያ፣ መሻጢ ሳሎን ምስክር ወረቐት ኣየድልዮምን ኢዩ።

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

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

ንኽትርጉምልኩም ናብ ሕክምና ክትሕዝዎም ኣየድልየኩምን። ብሽምዚ 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። (ኢጣልያንኛ)። 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