

## معلومات عن فيروس كورونا

يوجد فيروس جديد في ألمانيا وفي بلدان أخرى ويطلق عليه فيروس كورونا. هذا الفيروس خطير جداً وبشكل خاص لكبار السن وأيضاً للأشخاص الذين يعانون بالفعل من أمراض أخرى. من الضروري جداً الحد من انتشار هذا الفيروس. لذلك يجب على جميع الناس حماية أنفسهم بشكل كاف. وتلعب النظافة وغسل اليدين دوراً مهماً من الوقاية والحد من انتشاره. وقد تم بالفعل اتخاذ تدابير مختلفة، على سبيل المثال. تم إلغاء العديد من الفعاليات والمواعيد والمقابلات منعاً لانتشاره. من الممكن أيضاً إلغاء المواعيد في مركز العمل (Jobcenter) أو في البلدية (Rathaus) أو مكتب المقاطعة (Landratsamt).

الاتصال بالمراكز للتأكد من المواعيد بشكل دقيق.

كيف أحمي نفسي والآخرين من فيروس كورونا ؟

- [غسل اليدين بانتظام ولفترة طويلة بما يكفي](#) (20 ثانية على الأقل بالصابون تحت الماء الجاري)
- [عند السعال أو العطس يجب وضع منديل على الفم أو العطس في ذراعك](#)
- الابتعاد عن الأشخاص الذين يعانون من السعال والبرد أو الحمى
- عدم مصافحة الآخرين
- عدم وضع اليدين على الوجه

إذا كان ذلك ممكناً ، ينبغي تجنب السفر و تجنب وسائل النقل العام. بشكل عام يجب التقليل من الزيارات والاجتماعات. الإبتعاد عن حضور الاجتماعات أو الفعاليات التي يوجد بها الكثير من الأشخاص. يجب تلقيح الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 60 عاماً ضد المكورات الرئوية (Pneumokokken).