



Flüchtlingsrat
Thüringen e.V.

معلومات مآثر برای پناهندگان درمورد ویروس کرونا ایالت تورینگن

این بروشور شامل معلومات لازم در مورد شرایط فعلی را در اختیار پناهندگان ایالت تورینگن قرار می دهد. مرجع ما منابع رسمی مورخ ۲۰ مارس ۲۰۲۰ میباشد.

۱. ویروس کرونا چیست؟ ■
۲. چطور میتوانم به طرز صحیح با این ویروس مقابله کنم؟ ■
۳. ویروس کرونا چه تاثیری در زندگی روزمره من خواهد داشت؟ ■
۴. برنامه کاری دادگاه ها و ادارات در حال حاضر به چه صورت می باشد؟ ■
۵. برای کسب اطلاعات و تماسهای ضروری به کجا مراجعه نمایم؟ ■

Besonders bedanken möchten wir uns bei unseren Übersetzer*innen, die eine schnelle Übersetzung der Broschüre möglich gemacht haben.

Mit freundlicher Unterstützung von:



gefördert durch  

۱. ویروس کرونا چیست؟

ویروس جدید الظهور کرونا (سارس COV-2) برای اولین بار در ژانویه ۲۰۲۰ در چین کشف شد و از آن زمان تا کنون با سرعت زیادی در تمام جهان پخش شده و کشورهای بیشماری از جمله آلمان تحت تاثیر این ویروس قرار گرفته اند.

این ویروس منجر به بیماریهای تنفسی سطحی و همچنان شدید میشود. از آنجا که از زمان شناخت آن مدت کمی میگذرد بسیاری ابهامات در این باره وجود دارد و هنوز دارو یا واکسنی بر ضد این ویروس کشف نشده است.

چگونه به ویروس کرونا مبتلا میشوم؟

این ویروس قابل انتقال از انسان به انسان میباشد. به طور مثال از طریق سرفه عطسه صحبت کردن و یا دست دادن منتقل میشود.

از کجا متوجه شوم که به ویروس کرونا مبتلا شده ام و علائم این مریضی چیست؟

علائم این ویروس مانند سرماخوردگی و یا آنفولانزا میباشد. به طور مثال فرد علائمی مثل تب، گلودرد، آبریزش بینی، سرفه، سردرد و حتی در برخی موارد شخص مبتلا این مرض اسهال را هم تجربه میکند. با این وجود تعداد زیادی از افراد هیچ درد و مشکلی ندارند و حتی متوجه نمیشوند که آلوده به این ویروس میشوند. در برخی افراد میزان عفونت وخیم از سایرین میباشد، این افراد مبتلا به مشکلات تنفسی و عفونت ریه میشوند. از زمانیکه فرد آلوده به ویروس کرونا، ۱۴ روز طول میکشد تا علائم ذکر شده قابل رویت باشند.

آیا ویروس کرونا خطرناک است؟

در اکثر افراد روند بیماری کند است اما افراد بالای ۵۰ سال و اشخاص با سابقه بیماری های مزمن بیشتر در معرض خطر میشوند. بیماری این دسته افراد وخیم تر و حتی همراه با خطر مرگ میباشد. ویروس کرونا بسیار مضر است. بسیاری از افراد حتی نمیدانند که آلوده به این ویروس هستند اما میتوانند ناقل این ویروس باشند و سایرین را آلوده کنند. به همین دلیل سرعت سرایت این ویروس بسیار بالا میباشد.

۲. روش صحیح مقابله با ویروس کرونا چیست؟

بعد از بروز علائم بیماری باید چه اقداماتی انجام بدهم؟

اگر علائمی مثل تب، سرفه، آبریزش بینی، سردرد و یا گلودرد دارید حتماً برای جلوگیری از سرایت بیماری به دیگران، حتی الامکان از تماسهای شخصی با سایر افراد اجتناب کنید. در صورت امکان در خانه و یا اتاق خود بمانید و فاصله ۱ تا ۲ متر با افراد دیگر را حفظ کنید و با هیچ کس ملاقات نکنید. در آرنج خود و یا دستمال کاغذی سرفه و عطسه بزنید و به سرعت دستمال را دور بیندازید. توصیه بعدی شستشوی مداوم و اساسی دستها میباشد. تا جایی که امکان دارد از وسایل حمل و نقل عمومی مثل اتوبوس و قطار استفاده نکنید. هوای اتاق هایی که با سایرین مشترک استفاده میشود میبایست به طور مرتب تعویض شود. هر کس که تب بالا، تنگی نفس و یا درد قفسه سینه دارد فوراً با پزشک تماس بگیرد. در موارد بسیار حاد شاید ضروری باشد که درمان در بیمارستان انجام شود. اگر احساس کردید که جان شما در خطر است با شماره ۱۱۲ تماس بگیرید.

من سالم هستم، چگونه رفتار کنم؟

توجه به این نکته بسیار ضروری است که برای جلوگیری از پخش ویروس، تمام افراد کمترین تماس را با دیگران برقرار کنند. به همین دلیل میبایست حتی افراد سالم هم در منزل بمانند. در نتیجه میبایست با افراد کمتری ملاقات کنید، فاصله را رعایت کنید، با دیگران دست ندهید و کسی را در آغوش نگیرید و از حضور در مکانهای پر جمعیت خودداری کنید. دستهای تان را به مداوم و اساسی بشویید. به خصوص بعد از مراجعه از بیرون و قبل از آماده شدن برای غذا و پس از دستشویی از تماس دستها با صورت خودداری کنید.

در صورتی که با یک فرد مبتلا در تماس بوده ام و یا طی ۱۴ روز گذشته در منطقه ایی که آن تعداد زیادی از مبتلایان به کرونا در آنجا زندگی می کرده اند قرار داشته ام، چه اقداماتی باید انجام دهم؟

هر کس که تماس شخصی با فرد مبتلا به ویروس کرونا داشته است در خطر ابتلا به این ویروس میباشد. شما میبایست در اسرع وقت با اداره سلامت محل سکونت خود تماس بگیرید. آنها به شما میگویند که نیاز به انجام آزمایش دارید و یا میبایست قرنطینه شوید.

کسانی هم که طی ۱۴ روز گذشته در مکانهای پر خطری که در حال حاضر (۱۸،۳۲۰۲۰) شامل ایالت نوردراین وستفالن، ایتالیا، اسپانیا، اتریش، فرانسه، سوئیس، آمریکا، ایران، بخش هایی از کره جنوبی و چین میباشد، بوده اند بطور ضروری با اداره مرکز صحي تماس بگیرند.

به دلیل تماسهای فراوان امکان اشغال بودن خطوط تلفن وجود دارد. اگر موفق به صحبت با کسی نشدید با شماره تلفن ۰۳۰۳۴۶۴۶۵۱۰۰ که متعلق به وزارت بهداشت میباشد تماس بگیرید. اما متأسفانه مشاوره فقط به زبان آلمانی انجام میشود. اگر در یک محل اقامت جمعی متعلق به پناهندگان زندگی میکنید، در اسرع وقت به مدیر مجموعه اطلاع دهید. امکان دارد که اداره سلامت، قرنطینه خانگی برای شما در نظر بگیرد. در این مدت حتماً میبایست در منزل بمانید. این مساله بسیار مهم است که خود و دیگران را از خطر ابتلا به بیماری محافظت کنید. دوران قرنطینه ممکن است ۱۴ روز و یا بعد از منفی شدن آزمایش کرونای شما ادامه پیدا کند که شامل تمام کسانی که در ارتباط نزدیک با فرد بیمار بوده اند نیز میشود. هر کس امکان قرنطینه ندارد میبایست با اداره سلامت صحبت کند که در این صورت امکان دارد اتفاقی توسط اداره سلامت برای اینگونه افراد در نظر گرفته شود.

قرنطینه خانگی در یک محل اقامت جمعی به چه معنی میباشد؟

اگر شما یا یکی از اعضا خانواده تان آلوده به ویروس کرونا باشید، همگی شما میبایست قرنطینه شوید. این بدان معنی است که شما اجازه ندارید منزل و یا اتاقتان را (در صورتی که اتاق دارای سرویس بهداشتی مجزا باشد) حداقل ۱۴ روز ترک کنید. این موقعیت به خصوص وقتی دارای فرزند باشید بسیار سخت خواهد بود، بنابراین میبایست خونسردی خود را حفظ کنید و فقط تلفنی با دوستانتان در تماس باشید. در صورتی که افراد دیگری در محل زندگی شما مبتلا شوند، امکان دارد تمام محل زندگیتان و یا بخشی از آن قرنطینه شود. در صورت بروز این اتفاق شما میتوانید تقاضاهای خود را به صورت کلی با دیگر ساکنین به مدیر مجموعه ارجاع دهید. به طور مثال میتوانید تقاضای اینترنت مجانی در محل اقامت خود داشته باشید. همچنین میتوانید با مسؤول مربوطه در مورد غذا، مواد بهداشتی و ضد عفونی و مسایل مهم دیگری که در زمان قرنطینه مورد نیازتان می باشد صحبت کنید.

مراقبت های صحیح برای افراد بدون بیمه درمانی و اوراق مربوطه به چه صورت میباشد؟

در حال حاضر بسیاری از موسسات و خدمات عمومی به منظور جلوگیری از پخش ویروس تعطیل میباشند اما انجمن ها و کسانی که به صورت داوطلبانه فعالیت میکنند تلاش دارند تامین دارو را به بهترین نحو و بدون واسطه انجام دهند.

در حال حاضر امکان مراجعه حضوری به **Anonyme Krankenschein Thüringen** فراهم نمیشود اما این گواهی ها قابل ارایه میباشند.

لطفاً برای اقدامات لازم با بخش مربوطه تماس بگیرید. پزشکان نیز مشغول به کار میباشند و شما میتوانید خارج از ساعات کاری با شماره ۰۱۷۷۳۹۸۷۷۲۴ با آنها در تماس باشید.

شعبات Malteser Migrantenmedizin ارفورت و آرنشتات تا تاریخ ۱۹/۴/۲۰۲۰ تعطیل میباشند اما میتوانید از طریق شماره تلفن ۰۱۶۰۸۸۳۱۰۰۷ به این شعبات هم دسترسی داشته باشید. هر کس که بخواهد توسط پزشک معاینه شود میبایست قبل از ویزیت وقت ملاقات بگیرد. اکثر پزشکان بیمار بدون وقت قبلی را نمی پذیرند.

۳. این ویروس چه تاثیری در زندگی روزمره خواهد داشت؟

آیا سوپرمارکتها، مغازه ها، داروخانه ها و مطب پزشکان باز میباشند؟

سوپرمارکتها و داروخانه ها در هر حال مشغول به کار هستند. پست بانک تمام فروشگاه های لوازم پزشکی، فروشگاه های لوازم بهداشتی و دارویی، شرکتهای تحویل بسته شرکت های نظافتی، خشکشویی ها، فروشندگان روزنامه، فروشگاه های لوازم ساختمان سازی و باغبانی و فروشگاه های مربوط به حیوانات و عمده فروشی ها مشغول به فعالیت هستند.

با این وجود امکان اعمال محدودیت های بیشتر در محل زندگی شما وجود دارد. مغازه های دیگر مثل مغازه های پوشاک و کفش، مغازه های لوازم الکتریکی و برقی بسته خواهند ماند. مطب پزشکان دایر میباشند اما در صورت نیاز به پزشک حتما قبل از مراجعه تماس بگیرید تا از سرایت هر گونه بیماری اجتناب کنید.

شرایط مدارس، مهد های کودک، کلاسهای زبان، امکانات تفریحی و مراسم عبادتی به چه صورت است؟

در حال حاضر تمامی مهد های کودک، مدارس و دانشگاهها حداقل تا تاریخ ۱۹ آوریل ۲۰۲۰ بسته خواهند بود. اگر شما در یکی از بخش های مرتبط با سلامت مثل

فروشگاههای مواد غذایی' در بخش های مراقبت و سلامت و یا به عنوان نظافت چی در یکی از بیمارستان ها کار میکنید' میتوانید از مدرسه یا مهد کودک فرزند تان تقاضای مراقبت های اضطراری داشته باشید. به علاوه هیچ کورس ادغام و یا کلاس زبانی در حال حاضر فعالیت نمیکند.

کتابخانه ها' موزه ها' سینماها' بار' کلاب و رستوران ها در خیلی از مناطق تعطیل میباشند و یا به صورت محدود فعالیت میکنند. همچنین تمامی گروههای ورزشی' استخر ها' باشگاه های ورزشی کازینوها و همچنین زمین های بازی تعطیل خواهند بود. همچنین قوانین سختی در مورد بیمارستان ها اجرایی شده است و امکان ملاقات حضوری تنها برای بیمارانی که کمتر از ۱۶ سال سن دارند و یا برای بیماران صعب العلاج وجود دارد. طبق این قانون تنها یک نفر از بستگان نزدیک و حداکثر یک ساعت در روز امکان ملاقات فراهم میباشد. این قوانین همچنین برای خانه سالمندان' مکانهای اقامت دسته جمعی در کلیساها' مساجد' کنیسه ها و یا مکانهای عبادی مربوط به هر دین و آیینی لازم الاجرا میباشد.

آیا امکان حکومت نظامی و خاموشی در ساعات معین شب وجود دارد؟

در حال حاضر میتوان گفت که حکومت نظامی فقط در صورت بدتر شدن شرایط انجام میشود. با این وجود امکان حکومت نظامی هم وجود دارد به همین دلیل لازم است که شما در این خصوص مطلع شوید. در انتهای صفحه لینک های مفیدی را که به شما در این زمینه کمک میکنند مشاهده میکنید. حکومت نظامی بدین معناست که عبور و مرور طی ساعتهای خاصی در خیابان و مکانهای عمومی مشمول جریمه خواهد شد. حتی اگر شما در قرنطینه به سر نمی برید حق ندارید طی ساعات خاصی منزل یا محل زندگی خود را حتی برای انجام کارهای ضروری ترک کنید.

برنامه کاری دادگاه ها و ادارات در حال حاضر به چه صورت است؟

شعبه اداره مهاجرت شهر زول تا تاریخ ۲۷ مارچ بسته خواهد بود. این بدان معنی است که در حال حاضر هیچ گونه درخواست پناهندگی و یا جلسه استماع دادرسی انجام نمی شود. بعد از بازگشایی اداره بامف' رسیدگی به درخواست پناهندگی و استماع دادرسی فقط منوط به منفی بودن نتیجه آزمایش کرونا و یا سپری کردن ۱۴ روز گذشته در قرنطینه میباشد. به علاوه تا تاریخ ۲۹ مارس هیچ گونه مصاحبه ای در خصوص رد درخواست پناهندگی انجام نمی گیرد. اما این امکان وجود دارد که با توجه به شرایط' روند رسیدگی به پرونده ها طولانی تر شود و یا محدودتر انجام شود. این محدودیت ها برای ادارات دیگر مثل اداره اتباع خارجی' اداره ثبت احوال و جاب سنتر هم صدق می کند و در اکثر موارد امکان تعیین وقت شخصی برای افراد وجود ندارد.

اما در صورتی که شما در حال حاضر وقت ملاقات دارید میبایست از طریق تلفن، ایمیل و یا فکس از برقرار بودن وقت ملاقات خود مطمئن شوید و یا اینکه تمدید مدت اقامت و سایر درخواست ها در صورت لزوم از طریق فکس، پست و یا ایمیل امکان پذیر است.

در حال حاضر بسیاری از قرارهای ملاقات هم در خصوص رسیدگی به روند پناهندگی در دادگاه هایی مثل ماینینگن، وایمار و گرا کنسل شده اند. شما میتوانید در صورت لزوم از طریق تلفن، ایمیل و یا فکس از برقرار بودن وقت ملاقات خود مطلع شوید. با این وجود دادگاه ها میبایست همچنان قابل دسترس باشند و در موارد اضطراری عملکرد متناسب ارائه دهند.

در صورت نیاز به اطلاعات و تماسهای ضروری می بایست به کجا مراجعه کنم؟

آدرس ها و شماره تلفن های ضروری

Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116 117 ■

Ärztin vom Anonymen Krankenschein Thüringen: 0177 398 7724, ■
arzt@aks-thueringen.de

Malteser Medizin für Menschen ohne Krankenversicherung: 0160 8831007 ■
MMM.erfurt@malteser.org

Örtliches Gesundheitsamt finden: <https://tools.rki.de/PLZTool/> ■

Bundesministerium für Gesundheit: +49 30 346 465 100 ■

Weitere wichtige Telefonnummern in Thüringen: ■

<https://www.mdr.de/thueringen/coronavirus-hotlines-th-100.html>



از کجا میتوانم اطلاعات بیشتری را کسب کنم؟

■ اطلاعات جامع و به روز برای پناهندگان به زبان های مختلف

<https://www.fluechtlingsrat-thr.de/aktuelles/news/multilingual-information-about-coronavirus-mehrsprachige-infos-zu-corona>

■ اطلاعات ضروری وزارت صحت تورینگن به زبان آلمانی

<https://www.tmasgff.de/covid-19>

■ اطلاعات به زبان های مختلف از طرف اداره ادغام فدرال

<https://www.integrationsbeauftragte.de/ib-de/amt-und-person/informationen-zum-coronavirus>

■ شبکه WDR foryou اطلاعات روزانه را به فارسی، عربی، انگلیسی و آلمانی ارائه میدهد.

<https://www1.wdr.de/nachrichten/wdrforyou/index.html>

■ پادکست های روزانه رادیویی در مورد ویروس کرونا

<https://www.ndr.de/nachrichten/info/podcast4684.html>

■ اطلاعات سازمان بهداشت جهانی در مورد ویروس کرونا (انگلیسی، اسپانیایی، فرانسوی، روسی، عربی، چینی)

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

■ اخبار مفصل از موسسه روبرت کخ (آلمانی، انگلیسی)

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/nCoV.html

Die vorliegenden Informationen für Geflüchtete wurden im Rahmen des Projektes Fachstelle Flucht und Asyl in Thüringen mit freundlicher Unterstützung durch den Anonymen Krankenschein Thüringen e.V. erstellt. Das Projekt wird finanziert aus Mitteln des Europäischen Asyl-, Migrations- und Integrationsfonds (AMIF) und kofinanziert aus Mitteln des Thüringer Ministeriums für Migration, Justiz und Verbraucherschutz (Förderrichtlinie Integration).



FLÜCHTLINGSARBEIT
IST KOSTENFREI, ABER IN
KEINEM FALL UMSONST
UNTERSTÜTZEN SIE UNSERE ARBEIT!

SPENDENKONTO
Sparkasse Mittelthüringen
IBAN DE98 8205 1000 0163 0262 70
BIC HELADEF1WEM

Flüchtlingsrat Thüringen e.V.
Schillerstraße 44 // 99096 Erfurt
WWW.FLUECHTLINGSRAT-THR.DE