

## برای جلوگیری سرایت ویروس کرونا کمک نمائید!

یک ویروس جدید کرونا در جهان شیوع میکند. این ویروس باعث یک مریضی میشود که نام کووید-19 به آن داده شده. این مریضی زیادتر اوقات مشابه سرماخوردگی عادی یا آنفلوانزا میباشد. اکثریت آنانیکه به این مریضی دچار میشوند، فقط به طور جزئی مریض میشوند. مشوره برای اینکه خود و دیگران را از این ویروس محافظه نمائید:

- زیادتر اوقات دستهای خود را با صابون و آب گرم بشوئید، اقلا در طول ۲۰ ثانیه.
- اگر امکان دست شستن را ندارید میتوانید از الکھول دست استفاده نمائید.
- به چشم ها، بینی و دهن خود دست نزنید.
- سرفه و عطسه را در زاویه آرنج دست نمائید.
- از تماس نزدیک با افراد مریض، اجتناب نمائید.
- اگر خودتان مریض هستید یا احساس جزئی سرماخوردگی دارید، از ملاقات با افراد دیگر اجتناب نمائید.

معلومات مزید در مورد ویروس کرونا و کووید-19:

- جستجوی معلومات را در [krisinformation.se](http://krisinformation.se) نمائید
- اگر در [krisinformation.se](http://krisinformation.se) معلومات را نیافتید، به تلفون 11313 زنگ بزنید.
- اگر به مشوره شخصی در مورد امور صحی ضرورت دارید، به 1177 زنگ بزنید.
- در [migrationsverket.se](http://migrationsverket.se) شما میتوانید معلومات در مورد تاثیر ویروس کرونا به فعالیت اداره مهاجرت، را پیدا نمائید.