246_Tietoa karanteenipäätöksen saaneelle
[sorani]

زانیاری بۆ ئەوانەی کە بڕیاری کەرەنتینەیان وەرگرتووە

زانیاریمان پێ گەیشتووە کە تۆ نزیکی کاریگەریی کەسێك بوویتە کە تووشی ڤایرۆسی کۆرۆنا کۆڤید ١٩ COVID-19 بووە، لەبەر ئەوە بڕیاری کەرەنتینەکردن بۆ تۆ دراوە. مەبەست لە کەرەنتینە سنووردارکردنی ئازادیی گەڕانی کەسێکی تەندروستە. بەوەش ڕێگری دەکرێت لە بڵاوبوونەوەی نەخۆشیەکە لە کەسێکەوە کە لەوانەیە هەڵگری نەخۆشیەکە بێت و نیشانەی پێوە دیار نەبێت بۆ کەسانی تر. بڕیاری کەرەنتینە لەسەر بنەمای یاسای نەخۆشیە درمیەکان دراوە.

ماوەی کەرەنتینە

کاتێك کە فەرمانی کەرەنتینەکردنت بەسەر دەدرێت، ئەوەشت پێ دەوترێت ماوەی کەرەنتینەکە چەند دەخایەنێت. بەگشتی کەرەنتینە لە دوایین نزیکبوونت لە کاریگەریی کەسێکی تووشبووەوە، ١٠ ڕۆژ دەخایەنێت. لەو بارودۆخانەدا کە لەهەمان ماڵدا چەند کەسێك لەگەڵ کەسە نەخۆشەکەدا دەژین، کەرەنتینەکە دوو هەفتە دەخایەنێت. کاتەکە لە سەرەتای نیشانەکانی نەخۆشیەکەوە دەخوێنرێتەوە، یانیش بۆ ئەو کەسەی کە نیشانەی پێوە دیار نیە لەو ڕۆژەوە کە تێستی لێ وەرگیراوە.

لە کەرەنتینەدا دەبێت چۆن هەڵسوکەوت بکرێت؟

لەکاتی کەرەنتینەدا پێویستە لەسەرت خۆت بەدوور بگریت لە کۆنتاکت کردن لەگەڵ کەسانی دەرەوەی ماڵەکەتدا. ماوەی کەرەنتینە لەماڵەوە بەسەر دەبەیت. دەتوانیت بچیتە دەرەوە ئەگەر بۆ نزیکی خەڵکی تر نەچیت. بۆت نیە بۆ نموونە بچیت بۆ کار، قوتابخانە، خانەی ساوایان، خولیاکردن، بازاڕ یان دەرمانخانە، چونکە لەو شوێنانەدا ئاسان نیە خۆت لە کۆنتاکتی نزیك لابدەیت. نابێت میوان بێت بۆ لات، خواردەمەنیش دەبێت بە ڕاسپاردن داوابکەیت.

ئەوانەی کە کەسوکاری نزیکی خۆتن و ڕاستەوخۆ لە لەگەڵ کەسێکی نەخۆشکەوتوودا لە کۆنتاکتی نزیکدا نەبوونە، دەتوانن بەشێوەی ئاسایی بژین. لەو کاتەدا کەسوکارەکانی نزیکی خۆت لە کەرەنتینەدا نابن، پێچەوانەی ئەو کەسە کە خراوەتە کەرەنتینەوە. کەسوکارە نزیکەکانی ئەو کەسەی کە نیشانەی پێوە دیار نیە و خراوەتە کەرەنتینەوە ڤایرۆسی کۆرۆنا تووش ناکەن.

ئەگەر کەسێك نییە خواردەمەنی یان داودەرمانت بۆ بهێنێت، دەتوانیت پەیوەندی بکەیت بە تەلەفۆنی ئامادەکاریی خزمەتگوزارییە کۆمەڵایەتییەکانەوە لە ڕێگای ژمارە ٠٩-٣١٠٤٤٤٠٠.

نیشانەکانی پەتای کۆرۆنا

لە کاتی تووشبوونەوە هەتاکو دەستپێکردنی نیشانەکە ١-١٤ ڕۆژ دەخایەنێت، ئاساییترینی ٥-٦ ڕۆژە. نیشانە ئاساییەکانی نەخۆشیی ڤایرۆسی کۆرۆنا بۆ نموونە بریتین لە؛ تا، کۆکە، سەرئێشە، هێڵنج و بێتاقەتی، سکچوون، ئازاری ماسولکە، قوڕگ ئێشە، هەڵامەت، تەنگەنەفەسی، نەمانی هەستی بۆن و تام.

Helsinki
Helsingfors

کاری سۆشیال و تەندروستی
Sosiaali- ja terveystoimi
Social- och hälsovårdssektorn
Social Services and Health Care
لە ٢٠٢٠/١١/٤ تازەکراوەتەوە

246_Tietoa karanteenipäätöksen saaneelle
[sorani]

چۆن کات بگرم بۆ تێستی ڤایرۆسی کۆرۆنا؟

ئەگەر لە کاتی کەرەنتینەکەدا ئەو نیشانانەی کە لای سەرەوە باس کراون تەنانەت بە سووکیش لێت بەدەرکەوتن، بەبێ دواکەوتن برۆ بۆ تێستی ڤایرۆسی کۆرۆنا. دەتوانیت بە ئەنجامدانی هەڵسەنگاندنی نیشانەکانی کۆرۆنا لە ئینتەرنێت لە ماڵپەری Omaolo کات بگریت بۆ تێستی کۆرۆنا، یانیش بە تەلەفۆن کردن بۆ بۆ پرسگەی کۆرۆنای هێلسنکی، ت: ٠٩٣١٠١٠٠٢٤ (ڕۆژانەی سەعات ٨ – ١٨). لە بارودۆخی بەپەلەدا تەلەفۆن بۆ یارمەتیی ئێشکگری ژمارە ١١٦١١٧ بکە.

ئەگەر منالەکەشت بڕیاری کەرەنتینەکردنی بۆ دەرابێت ئەم نووسراوی زانیاریەت پێ دەدرێت. هەروەها دەتوانیت وەکو سەرپەرشتیار کات بگریت بۆ منداڵی تەمەن خوار ١٦ ساڵان لە ماڵپەری Omaolo یانیش بە تەلەفۆن کردن بۆ بۆ پرسگەی کۆرۆنای هێلسنکی، ت: ٠٩٣١٠١٠٠٢٤

قەرەبووکردنەوەی لەدەستدانی داهاتی کار

ئەو داهاتەی کە بەهۆی فەرمانی کەرەنتینەوە لەدەست دەچێت لە شێوەی پارەی ڕۆژانەی نەخۆشیی درمی بۆت قەرەبوو دەکرێتەوە. دەتوانێت لە دەزگای زەمانەتی کۆمەڵایەتی (کێلا) داوای بکەیت. وەك پاشکۆی فۆرمی داواکارییەکە، بڕیاری کەرەنتینەکەت پێ دەدرێت کە دکتۆری بەرپرس لە نەخۆشییە درمییەکانی شارەوانی هێلسنکی دەینووسێت. بڕیاری کەرەنتینەکەت بە شێوەیەکی ئۆتۆماتیکی، بە نامەی تۆمارکراو یان بە ئیمەیلی بەنهێنی پارێزراو بۆ ڕەوانە دەکرێت. پێویستە لەسەرت لەماوەی دوو مانگدا لەو ڕۆژە بەدواوە کە فەرمانی کەرەنتینەت بەسەردا دراوە فۆرمەکە بگەیەنیتە کێلا.

پارەی ڕۆژانەی نەخۆشیی درمی بڕی تەواوی ئەو داهاتی کارکردنە قەرەبوو دەکاتەوە کە بەهۆی کەرەنتینەوە لەدەست دەچێت. پارەی ڕۆژانەی ئیشکەر بەپێی ئەو مووچەیە دیاری دەکرێت کە وەری گرتووە، ئەگەر لە ئیش بوو بیت. پارەی ڕۆژانەی خاوەن کۆمپانیا لەسەر بنەمای داهاتی ساڵانەی بیمەی کاسبکاران YEL یان بیمەی کاسبکارانی ئابووریی کشتوکاڵ MYEL دادەنرێت لەو ڕۆژەو بەدواوە کە لەکارەکەی دوورکەوتووەتەوە. سەرپەرشتیار (دایك و باوك)ی منداڵی خوار تەمەن ١٦ ساڵان مافی وەرگرتنی پارەی ڕۆژانەی نەخۆشیە درمیەکانی هەیە، ئەگەر بڕیاری کەرەنتینە بۆ منالەکە درابێت و سەرپەرشتیارەکە بەهۆی ئەوەوە نەتوانێت کار بکات. زانیاری زیاتر لەم ناونیشانە دەست دەکەوێت: www.kela.fi/tartuntatauti.

پێویستە کەرەنتینە جێبەجێ بکرێت

ئەو کەرەنتینەیەی کە لەلایەن کاربەدەستانی نەخۆشیە درمیەکانەوە دادەنرێت پێویستە بەبێ هیچ مەرجێك جێبەجێ بکرێت. بەپێی یاسای فینلەندا، دەکرێت سەرپێچیکاری کەرەنتینە، ئەگەرچی بە کردەوەکەی هیچ کەسیشی تووش نەکردبێت، بەڵام وەکو سەرپێچیکردنی پاراستنی تەندروستی، بە غەرامە یان بە زیندانیکردن بۆ ماوەی ئەوپەڕی سێ مانگ سزا بدرێت.

ڕێنمایی زیاتر بۆ ئەو کەسانەی کە لە کەرەنتینەدان لە ناونیشانی: www.hel.fi/koronavirus

www.hel.fi/sote
www.hel.fi/sote/sv
www.hel.fi/sote/en

تەلەفۆن: 093105015
Tel. 093105015
Tel. 093105015

PL 6000, 00099 HELSINGIN KAUPUNKI
PB 6000, 00099 HELSINGFORS STAD
P.O. Box 6000, 00099 CITY OF HELSINKI

Toinen linja 4 A
Andra linjen 4 A
Toinen linja 4A