

## القواعد الحالية بشأن فيروس كورونا تسري من 2021/5/28 حتى 2021/6/24

يرجى مراعاة ما يلي: يمكن إجراء تغييرات على المدى القصير.  
هذه المعلومات لا تمثل صيغة ملزمة قانونًا.

قواعد الحماية من كورونا في ولاية شمال الراين وستفاليا

[نظرة عامة على القواعد الحالية وفقًا للوائح الحماية من كورونا](#)

معلومات أساسية

[احم نفسك بالالتزام بقاعدة AHA + L + A](#)  
[الاشتباه بكورونا وطرق الاختبار](#)  
[المساعدة/خدمات المعلومات في مقاطعة إنبيه رور](#)  
[الحجر الصحي المنزلي](#)  
[كنت خارج البلاد في إحدى مناطق الخطر. ماذا علي أن أفعل الآن؟](#)  
[تطعيم الحماية من كورونا: من الذي سيحصل على موعد للتطعيم وكيف تسري عملية التطعيم؟](#)

مزيد من المعلومات من جهات رسمية

- معلومات عن كورونا من مقاطعة إنبيه رور  
[www.enkreis.de](http://www.enkreis.de)
- صفحات خاصة بشأن كورونا من ولاية شمال الراين وستفاليا  
[www.land.nrw](http://www.land.nrw)
- وزارة الصحة في ولاية شمال الراين وستفاليا  
[www.mags.nrw](http://www.mags.nrw)
- مفوض الاندماج (معلومات عن كورونا بعدة لغات)  
[www.integrationsbeauftragte.de](http://www.integrationsbeauftragte.de)
- الحكومة الاتحادية  
[www.bundesregierung.de](http://www.bundesregierung.de)
- وزارة الصحة الاتحادية (BMG)  
[www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)
- المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA)  
[www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)
- معهد روبرت كوخ (RKI)  
[www.rki.de](http://www.rki.de)

## نظرة عامة على القواعد الحالية وفقاً للوائح الحماية من كورونا

إذا كان معدل الإصابة في مقاطعة ما أو مدينة مستقلة ثابتاً تحت قيمة 100، تبدأ خطوات الفتح على ثلاث مراحل وفقاً للوائح الحماية من كورونا الخاصة بولاية شمال الراين وستفاليا التي تدخل حيز التنفيذ بدءاً من يوم الجمعة الموافق 28 مايو/أيار 2021. وعند زيادة المعدل عن 100 تستمر قواعد الكبح الطارئ التابعة للحكومة الاتحادية!

تجدون مستويات معدل الإصابة السارية في كل من المقاطعات والمدن المستقلة محدثةً يوميًا على [موقع الويب لوزارة العمل والصحة والشؤون الاجتماعية في ولاية شمال الراين وستفاليا \(MAGS\)](https://www.mags.nrw/coronavirus-regeln-nrw).

يمكن الحصول على جدول النظرة العامة التالي من الصفحة الخاصة التابعة لوزارة العمل والصحة والشؤون الاجتماعية:

<https://www.mags.nrw/coronavirus-regeln-nrw>

المستوى 1	المستوى 2	المستوى 3	
معدل الإصابة في 7 أيام مستقر أسفل 35	معدل الإصابة في 7 أيام مستقر بين 50 و 35.1	معدل الإصابة في 7 أيام مستقر بين 100 و 50.1	
يُسمح للأفراد من خمسة بيوت بالالتقاء في مكان عام بدون قيود. يُسمح أيضًا لعدد 100 شخص ذوي نتيجة اختبار سلبية من أي عدد بيوت بالالتقاء في مكان عام.	يُسمح للأفراد من ثلاثة بيوت بالالتقاء في مكان عام بدون قيود. يُسمح أيضًا لعشرة أشخاص ذوي اختبار سلبي من أي عدد بيوت بالالتقاء في مكان عام.	يُسمح للأفراد من بيتين بالالتقاء في مكان عام بدون قيود.	القيود على التواصل
يُسمح بالعروض التعليمية خارج المدرسة عند وجود تهوية كافية بدون ارتداء قناع مع وجود خريطة مقاعد ثابتة. إذا انخفض معدل الإصابات في الولاية عن 35 فيُسمح أيضًا بالتدريس بنظام الحضور في الأماكن الداخلية بدون إجراء اختبار.	يُسمح بالدراسة بنظام الحضور مع تقديم نتيجة اختبار سلبية وبدون قيد مسافة الحد الأدنى، بشرط وجود خريطة مقاعد ثابتة. يُسمح بتدريس الموسيقى مع الغناء/آلات النسخ في الأماكن الداخلية مع عدد يصل إلى 10 أشخاص، بشرط تقديم نتيجة اختبار سلبية.	يمكن الدراسة بنظام الحضور في الأماكن المفتوحة بدون قيود على عدد الأشخاص أو المحتوى. لا يُسمح بالدراسة بنظام الحضور في الأماكن الداخلية إلا عند تقديم نتيجة اختبار سلبية. يُسمح بتعليم الموسيقى مع الغناء/آلات النسخ في الأماكن الداخلية على ألا يتجاوز عدد الأشخاص خمسة.	التعليم خارج المدرسة
يُسمح بتقديم عروض للمجموعات في الأماكن الداخلية مع عدد يصل إلى 30 وفي الأماكن الخارجية مع عدد يصل إلى 50 شخصًا بدون قيود على السن وبدون تقديم نتيجة اختبار سلبية.	يُسمح بتقديم عروض للمجموعات في الأماكن الداخلية مع عدد يصل إلى 20 وفي الأماكن الخارجية مع عدد يصل إلى 30 شخصًا بدون قيود على السن على أن تُقدم نتيجة اختبار سلبية. يُسمح أيضًا بتقديم عروض للمجموعات في الأماكن الداخلية بدون ارتداء قناع.	يُسمح بتقديم عروض للمجموعات في الأماكن الداخلية مع عدد يصل إلى 10 وفي الأماكن الخارجية مع عدد يصل إلى 20 شخصًا بدون قيود على السن على أن تُقدم نتيجة اختبار سلبية. يُسمح بعروض العطلات ورحلات العطلات بشرط تقديم نتيجة اختبار سلبية.	عمل الأطفال/الشباب
يُسمح بإقامة الفعاليات في الأماكن الخارجية والداخلية وفتح المسارح ودور الأوبرا ودور السينما مع ما يصل إلى 1,000 شخص، بشرط وجود خريطة مقاعد وتقديم نتيجة اختبار سلبية وكذلك ترتيب المقاعد وفقاً لنموذج رقعة الشطرنج. يُمكن إقامة نشاط تجريبي غير مهني في الأماكن الداخلية مع الغناء/آلات	يُسمح بإقامة حفلات الموسيقى في الأماكن الداخلية وفتح المسارح ودور الأوبرا ودور السينما مع ما يصل إلى 500 شخصًا، بشرط وجود خريطة مقاعد وتقديم نتيجة اختبار سلبية وكذلك ترتيب المقاعد وفقاً لنموذج رقعة الشطرنج. يُمكن إقامة نشاط تجريبي غير مهني في الأماكن الداخلية مع الغناء/آلات	يُسمح بإقامة الفعاليات في الأماكن الخارجية مع ما يصل إلى 500 شخص، بشرط وجود خريطة مقاعد وتقديم نتيجة اختبار سلبية وكذلك ترتيب المقاعد وفقاً لنموذج رقعة الشطرنج. يُسمح بإقامة حفلات الموسيقى في الأماكن الداخلية وفتح المسارح ودور الأوبرا ودور السينما مع ما يصل إلى	الثقافة

<p>النفخ مع عدد يصل إلى 30 أو 50 شخصاً، بشرط تقديم نتيجة اختبار سلبية.</p> <p>بدءاً من 1 سبتمبر/أيلول 2021: يمكن إقامة مهرجانات موسيقى مع جمهور يصل إلى 1000 شخص بشرط تقديم نتائج اختبار سلبية ووجود خطة موافق عليها.</p>	<p>النفخ مع عدد يصل إلى 20 شخصاً، بشرط تقديم نتيجة اختبار سلبية.</p> <p>يُسمح بفتح المتاحف وما شابه من الأماكن بدون حجز موعد.</p>	<p>250 شخصاً، بشرط وجود خريطة مقاعد وتقديم نتيجة اختبار سلبية وكذلك ترتيب المقاعد وفقاً لنموذج رقعة الشطرنج.</p> <p>يُمكن إقامة نشاط تجريبي غير مهني في الأماكن الخارجية بدون قيود على عدد الأشخاص. أما في الأماكن الداخلية فيُسمح بذلك مع عدد 20 شخصاً مع تقديم نتيجة اختبار سلبية وبدون غناء/آلات نفخ.</p>	
<p>يُسمح بممارسة الرياضة ذات التلامس في الأماكن الخارجية والداخلية مع ما يصل إلى 100 شخص بشرط تقديم نتائج اختبار سلبية.</p> <p>بينما يُسمح في الأماكن الخارجية لما يزيد عن 1000 متفرج (بحد أقصى 33 في المائة من السعة).</p> <p>يُسمح في الأماكن الداخلية لعدد حتى 1000 متفرج (بحد أقصى 33 في المائة من السعة)، بشرط تقديم نتائج اختبار سلبية ووجود خريطة مقاعد وترتيب المقاعد وفقاً لنموذج رقعة الشطرنج.</p> <p>عندما ينخفض معدل الإصابات في الولاية عن 35 يُسمح بممارسة الرياضة الداخلية بدون إجراء اختبار مسبق.</p> <p>بدءاً من 1 سبتمبر/أيلول 2021: يُسمح بالحفلات الرياضية بدون حد أقصى للأشخاص بشرط وجود خطة موافق عليها (مع نتائج اختبار سلبية).</p>	<p>يُسمح بممارسة الرياضة ذات التلامس في الأماكن الخارجية مع ما يصل إلى 25 شخصاً وكذلك ممارسة الرياضة بدون تلامس بدون قيد على عدد الأشخاص.</p> <p>يُسمح بممارسة الرياضة بدون تلامس في الأماكن الداخلية (ومنها صالات اللياقة البدنية) بدون قيد على عدد الأشخاص.</p> <p>ويُسمح بممارسة الرياضة ذات التلامس مع حتى عدد 12 شخصاً بشرط تتبع جهات التواصل وتقديم نتائج اختبار سلبية.</p> <p>بينما يُسمح في الأماكن الخارجية لما يصل إلى 1000 متفرج (بحد أقصى 33 في المائة من السعة) بدون تقديم نتيجة اختبار مسبق.</p> <p>يُسمح في الأماكن الداخلية لعدد حتى 500 متفرج، بشرط تقديم نتائج اختبار سلبية ووجود خريطة مقاعد، حتى بدون تقييد السعة بنسبة مئوية.</p>	<p>يُسمح بممارسة الرياضة في الخارج بدون تلامس في المنشآت الرياضية وخارجها مع ما يصل إلى 25 شخصاً.</p> <p>يمكن فتح المسابح المكشوفة من أجل ممارسة الرياضة (بدون منطقة تشمس) بشرط تقديم نتائج اختبار سلبية.</p> <p>يُسمح في الأماكن الخارجية لعدد حتى 500 متفرج، بشرط تقديم نتائج اختبار سلبية ووجود خريطة مقاعد، حتى بدون تقييد السعة بنسبة مئوية.</p>	<p>الرياضة</p>
<p>يُسمح بفتح المسابح المكشوفة بدون تقديم اختبار مسبق.</p> <p>يُسمح بفتح بيوت الدعارة وما شابهها على أن تُقدم نتيجة اختبار سلبية.</p> <p>يُسمح بفتح النوادي وصالات الديسكو ذات المناطق الخارجية لما يصل إلى 100 شخص بشرط تقديم نتائج اختبار سلبية.</p> <p>بدءاً من 1 سبتمبر/أيلول 2021: إذا انخفض معدل الإصابات في الولاية عن 35، فسيُسمح للنوادي وصالات الديسكو بفتح الأماكن الداخلية بدون تقييد عدد الأشخاص. ويُشترط في ذلك تقديم نتائج اختبار سلبية ووجود خطة موافق عليها.</p>	<p>يُسمح بفتح جميع المسابح والسوانا وما شابه وأماكن اللعب الداخلية عند تقديم نتائج اختبار سلبية ومع تقييد عدد الأشخاص.</p> <p>إذا كان معدل الإصابات للولاية يقل عن 50، يُمكن فتح حدائق قضاء وقت الفراغ ودور الكازينو على أن يتم تقديم نتائج اختبار سلبية ومع تقييد عدد الأشخاص.</p> <p>يُسمح بالنزهات الخلوية بالسفن وعربات الحنطور والقطارات التاريخية وما شابه من المرافق على أن يتم تقديم نتائج اختبار سلبية.</p>	<p>يُسمح بفتح المنشآت الخارجية الصغيرة بشرط تقديم نتائج اختبارات سلبية. ويدخل في ذلك ملاعب الجولف الصغيرة وحدائق التسلق وحدائق الحبال العالية وغيرها.</p> <p>يُسمح بفتح المسابح المكشوفة من أجل النشاط الرياضي على أن يتم تقديم نتائج اختبار سلبية.</p> <p>يُسمح بالنزهات الخلوية بالسفن (في المناطق الخارجية) على أن يتم تقديم نتائج اختبار سلبية.</p>	<p>وقت الفراغ</p>

<p>تسقط القاعدة الخاصة بالمُتاجر التي تزيد مساحتها عن 800 متر مربع.</p>	<p>ينخفض تقييد عدد الزبائن ليصل إلى شخص واحد لكل 10 متر مربع.</p>	<p>يمكن ممارسة تجارة التجزئة التي لا تدخل ضمن المواد الأساسية بدون أسلوب "click &amp; meet" وبدون اختبار مسبق.</p> <p>وينخفض تقييد عدد الزبائن ليصل إلى شخص واحد لكل 20 متر مربع.</p>	<p>تجارة التجزئة التي لا تدخل ضمن المواد الأساسية</p>
<p>بدءًا من 1 سبتمبر/أيلول 2021: يُسمح بالأسواق السنوية والخاصة مع ألعاب الملاهي بدون تقديم نتائج اختبار سلبية.</p>	<p>يُمكن إقامة الأسواق السنوية والخاصة مع تقييد عدد الأشخاص.</p> <p>يُسمح أيضًا بألعاب الملاهي.</p>	<p>يُمكن إقامة المعارض مع تقييد عدد الأشخاص ووضع خطة للنظافة الشخصية.</p>	<p>المعارض/الأسواق</p>
<p>يُسمح بإقامة الاجتماعات والمؤتمرات في الأماكن الخارجية والداخلية مع عدد يصل إلى 1,000 مشارك على أن يتم تقديم نتائج اختبار سلبية.</p>	<p>يُسمح بإقامة الاجتماعات والمؤتمرات في الأماكن الخارجية والداخلية مع عدد يصل إلى 500 مشارك على أن يتم تقديم نتائج اختبار سلبية.</p>	<p>---</p>	<p>الاجتماعات/المؤتمرات</p>
<p>يُسمح بإقامة الفعاليات الخاصة في الأماكن الخارجية مع عدد يصل إلى 250 ضيفًا بدون تقديم نتائج اختبار سلبية. يُسمح بإقامة الفعاليات الخاصة في الأماكن الداخلية مع عدد يصل إلى 100 ضيفٍ في ظل تقديم نتائج اختبار سلبية.</p>	<p>يُسمح بإقامة الفعاليات الخاصة في الأماكن الخارجية مع عدد يصل إلى 100 ضيف وفي الأماكن الداخلية مع عدد يصل إلى 50 ضيفًا. ويُشترط في ذلك تقديم نتائج اختبار سلبية.</p>	<p>---</p>	<p>الفعاليات الخاصة (بدون حفلات)</p>
<p>يُسمح بإقامة الحفلات في الأماكن الخارجية مع عدد يصل إلى 100 ضيف وفي الأماكن الداخلية مع عدد يصل إلى 50 ضيفًا بدون الالتزام بمسافة التباعد، بشرط تقديم نتائج اختبار سلبية.</p>	<p>---</p>	<p>---</p>	<p>الحفلات</p>
<p>بدءًا من 1 سبتمبر/أيلول 2021: يُمكن إقامة المهرجانات الشعبية ومهرجانات الرماة ومهرجانات المدينة وما شابه مع عدد يصل إلى 1000 زائر، بشرط وجود خطة موافق عليها.</p> <p>إذا انخفض معدل إصابات الولاية عن 35، فلا يُسمح بإقامتها بدون تقييد عدد الزائرين.</p>	<p>---</p>	<p>---</p>	<p>الفعاليات المهرجانية الضخمة</p>
<p>عندما ينخفض معدل الإصابات في الولاية عن 35 يُسمح بتقديم الطعام في الداخل حتى بدون إجراء اختبار مسبق.</p>	<p>يُسمح بتقديم الطعام في الخارج بدون تقديم نتائج اختبار سلبية.</p> <p>يُسمح بفتح أماكن تقديم الطعام في الداخل، على أن يتم تقديم نتائج اختبار سلبية ويُطبق واجب الالتزام بالمكان.</p> <p>يُسمح بفتح الكانتينات. لأفراد المؤسسة حتى بدون اختبار مسبق.</p>	<p>يُسمح بفتح أماكن تقديم الطعام في الخارج، على أن يتم تقديم نتائج اختبار سلبية ويُطبق واجب الالتزام بالمكان.</p> <p>يسقط حظر تناول الطعام والشراب في المحيط.</p>	<p>قطاع تقديم الطعام</p>
<p>يُسمح برحلات الحافلات بدون تقييد السعة، إذا كان جميع المشاركين</p>	<p>يُسمح بتقديم الطعام بالكامل للضيوف</p>	<p>يُسمح بالمبيت "المستقل" (منازل العطلات، التخيم، المنازل المتنقلة)</p>	<p>أماكن الإقامة/</p>

<p>قادمين من مناطق ذات معدل إصابات أقل من 35.</p>	<p>الشخصية.</p>	<p>على أن يتم تقديم نتائج اختبار سلبية. يُسمح بفتح الفنادق بدون تقييد السعة. وهذا يسري أيضاً على المبيت الشخصي مع الإفطار، ولكن بدون تقديم طعام آخر في الداخل. يُسمح برحلات الحافلات في ظل إجراء اختبار مسبق ومع تقييد السعة (60 في المائة)، في حالة عدم اقتصار المشاركين على الأشخاص الحاصلين على التطعيم أو عدم ارتداء الجميع لأقنعة التنفس.</p>	<p>السياحة</p>
---	-----------------	--	----------------

## معلومات أساسية: قاعدة AHA+L+A

### كيف يمكنني حماية نفسي والآخرين من خلال قاعدة AHA+L+A؟

- حتى لا ينتشر فيروس كورونا بشكل خارج عن السيطرة، من الضروري أن يلتزم الجميع ببعض القواعد المهمة. من خلال الالتزام بقاعدة AHA+L+A (التي تعني الحفاظ على مسافة الأمان، ومراعاة النظافة الصحية، وارتداء القناع اليومي الطبي، والتهوية بانتظام، واستخدام تطبيق كورونا) يمكن للمرء حماية نفسه والآخرين.
- ينتشر الفيروس بشكل رئيسي عن طريق الهواء والتحدث عندما لا تكون هناك مسافة كافية.

#### الالتزام بمسافة الأمان!

- لحماية الآخرين، حافظ على مسافة لا تقل عن 1,5 متر. وهذا يساوي ثلاث خطوات تقريباً.
- حتى لو كنت تشعر بأنك بصحة جيدة، فمن الممكن أن يكون لديك الفيروس في جسمك وتصيب الآخرين بالعدوى.
- لا عناق ولا مصافحة

#### مراعاة تدابير النظافة الصحية!

- يرجى دائماً السعال والعطس في ثنية ذراعك.
- اغسل وعقم يديك بانتظام.

#### ارتداء القناع اليومي أو الطبي!

- يحمي القناع الطبي (القناع المصمم وفقاً للمواصفة FFP2 أو القناع الجراحي) بشكل أفضل، من النقاط العدوى أو إصابة الآخرين بالعدوى.
- يجب على الجميع ارتداء القناع الخاص بهم وعدم تبادل الأقنعة بتاتاً.
- قم بتغيير الأقنعة الطبية لاحقاً بعد استخدامه 5 مرات بحد أقصى. وبعد كل استخدام يجب وضع القناع في الفرن بدرجة حرارة 80 درجة مئوية لمدة ساعة من أجل التعقيم. قد يتعذر غسل الأقنعة الطبية!
- يجب غسل جميع الأقنعة العادية المصنوعة من القماش بعد كل استخدام في درجة حرارة لا تقل عن 60 درجة مئوية.
- يجب دائماً تغيير الأقنعة التي صارت رطبة في أثناء استخدامها.

#### التهوية!

- يجب تهوية الغرف المغلقة بانتظام كل 20 دقيقة.

#### استخدام التطبيق - تطبيق التحذير من كورونا!

- استخدم [تطبيق التحذير من كورونا](#). يخطر التطبيق عند اتصالك بأشخاص أصيبوا بالفيروس. يخبرك التطبيق أيضاً بما يجب عليك فعله بعد ذلك.
- إذا ثبتت إصابتك بفيروس كورونا، فأدخل هذا في تطبيقك.
- يعمل التطبيق بشكل مجهول، مما يعني أنه لا يتم حفظ أي بيانات شخصية.

## معلومات أساسية: الاشتباه بكورونا وطرق الاختبار

### أعتقد أنني مصاب بكورونا. ماذا علي أن أفعل؟

- إذا كنت تعتقد أنك أصبت بفيروس كورونا؛ لأن لديك أعراض (حمى، سعال، التهاب في الحلق، سيلان في الأنف، ضيق في التنفس، فقدان حاسة التذوق، صداع، ...) أو تم إخطارك باحتمال إصابتك بالعدوى من خلال تطبيق كورونا، فمن الأفضل أن تُخضع نفسك للاختبار لدى طبيب الأسرة الخاص بك مباشرةً.
- الاختبار مجاني. اتصل بطبيب الأسرة الخاص بك مسبقاً وحدد موعداً.

### ما هو اختبار كورونا السريع؟

- يوجد حالياً نوعان أساسيان متاحان من اختبارات الكورونا:
  - اختبار PCR (الكشف عن الفيروس): في اختبار PCR يتم أخذ مسحة من أنفك و/أو حلقك. يتم تقييم العينات في المختبر. الاختبار دقيق للغاية. ولكن عادةً ما يستغرق الأمر من يوم إلى يومين حتى تظهر النتيجة.
  - اختبار PoC (اختبار كورونا السريع): اختبار سريع يتم فيه تقييم عينة المسحة خلال بضع دقائق باستخدام جهاز اختبار. هذا الاختبار أقل دقة، ويجب إجراؤه عن طريق مقدم خدمة طبية مخول له إجراء اختبار كورونا السريع، ويجب عليه إصدار شهادة بالاختبار.
- يمكن إجراء اختبار كورونا السريع مجاناً في مراكز الاختبار وفي بعض عيادات الأطباء والصيدليات. ويُصدر المكان الذي أُجري فيه الاختبار النتيجة ورقياً أو إلكترونياً. إذا كانت نتيجة الاختبار السريع إيجابية، سيتم إجراء اختبار PCR للتأكد منها، وفي هذه الحالة يجب الالتزام بالحجر الصحي فوراً حتى يتم التأكد. ولا ينتهي الحجر الصحي مرة أخرى إلا في حالة سلبية اختبار PCR.
- يجب على الطلاب المشاركة في اختبار كورونا السريع في المدرسة.
- يمكن لجميع المواطنين إجراء اختبار سريع مجاني مرة واحدة أسبوعياً على الأقل. استغلوا هذه الفرصة!
- يمكنك الاطلاع على الأماكن الحالية المتاحة فيها اختبار كورونا السريع وذلك على [الموقع الإلكتروني لدائرة إنبيه الرور](#). هذه الأماكن مسجلة أيضاً على [تطبيق دائرة إنبيه الرور](#).

### اختبار كورونا الإيجابي: ماذا علي أن أفعل الآن؟

- إذا كانت نتيجة اختبارك إيجابية لفيروس كورونا، فهذا يعني أنك قد أصبت بعدوى فيروس كورونا. إيجابية الاختبار هنا لا تعني أن نتيجة اختبارك جيدة، بل تعني أنه تم اكتشاف وجود الفيروس لديك.
- إذا كانت نتيجة اختبار كورونا إيجابية (اختبار PCR أو الاختبار السريع)، فيجب عليك الذهاب فوراً إلى [الحجر الصحي المنزلي](#). يجب بعد ذلك عزل جميع الأشخاص الذين يعيشون معك في المنزل (منزل أو شقة أو سكن) على الفور. وبعد ذلك، عليكم جميعاً البقاء في المنزل من الآن فصاعداً.
- يمكنك الاستمرار في استخدام شرفتك أو تراسك أو حديقتك الخاصة، ولكن أنت والأشخاص الذين تعيش معهم في نفس المنزل فقط.

## معلومات أساسية: المساعدة/خدمات المعلومات في مقاطعة إنبيه رور

أين يمكنني الحصول على المساعدة/المعلومات عبر الهاتف؟

- هاتف المواطنين في إدارة المقاطعة في شقيلم ☎ 4031449/02333، متاح يوميًا من الساعة 8 صباحًا إلى الساعة 6 مساءً
- هواتف المواطنين لمدن هاتينجن وهيرديكه وفيتن
  - مدينة هاتينجن: ☎ 02324/204 4700 من الاثنين إلى الخميس من 8:30 صباحًا إلى 3:30 مساءً، الجمعة من 8:30 صباحًا إلى 12 ظهرًا
  - مدينة هيرديكه: ☎ 02330/611 350 من الاثنين إلى الخميس من 8 صباحًا إلى 4 مساءً، الجمعة من 8 صباحًا إلى 12 ظهرًا
  - مدينة فيتن: ☎ 02302/581 7777 الاثنين والثلاثاء والخميس من 8 صباحًا إلى 4 مساءً، الأربعاء والجمعة من 8 صباحًا إلى 2 مساءً
- خدمة طبيب الأسرة عند الطلب ☎ 116117
- هاتف المواطنين لوزارة الصحة في ولاية شمال الراين وستفاليا ☎ 0211/9119 1001، من الاثنين إلى الجمعة من 7 صباحًا إلى 8 مساءً
- خدمة الطب النفسي الاجتماعي في مقاطعة إنبيه رور (في حالة الأزمات النفسية بسبب كورونا)
  - بريكر فيلد وإنبييتال وجيفلسبرج وهاتينجن وشفيلم وشبروكهوفل: ☎ 02336/93 2788
  - فيتن وفيتنر وهيرديكه: ☎ 02302/922 264 من الاثنين إلى الجمعة من 8 صباحًا إلى 12 ظهرًا، والخميس بشكل إضافي من 2 مساءً إلى 4 مساءً
- خدمة المشورة للسيدات GESINE Frauenberatung.EN (في حالات العنف الجسدي والنفسي والمالي والجنسي والأزمات)
  - شقيلم ☎ 02336/475 909 1
  - فيتن: ☎ 02302/525 96
  - هاتينجن: ☎ 02324/380 930 50



## معلومات أساسية: الحجر الصحي المنزلي

### كيف يتم الحجر الصحي المنزلي؟

- يجب عليك الخضوع للحجر الصحي المنزلي إذا ثبتت إصابتك بكورونا أو إذا أمر مكتب الصحة بذلك
- الحجر الصحي المنزلي يعني أنه يجب عليك البقاء في المنزل على الفور وعدم استقبال أي زيارات. لذلك لا تخرج من المنزل - لا تخرج للمشي والتنزه، ولا تذهب إلى الملعب، ولا تخرج للتسوق وما إلى ذلك، ولا تقود سيارتك أيضًا. يمكنك الاستمرار في استخدام شرفتك أو تراسك أو حديقتك الخاصة، ولكن أنت والأشخاص الذين تعيش معهم فقط.
- أبلغ صاحب العمل والمدرسة و/أو مركز الرعاية النهارية وأبلغ كل الأشخاص الذين كنت على اتصال بهم.
- إذا كان عمر طفلك أقل من 12 سنة (من سنة إلى 11 سنة) ويجب أن يكون في الحجر الصحي، فيجب على أحد الوالدين البقاء في المنزل مع الطفل.
- إذا كنت في الحجر الصحي، فسيصل بك مكتب الصحة عبر البريد الإلكتروني أو عبر الهاتف إذا لم يكن بإمكانك إرسال رسائل البريد الإلكتروني. يمكنك الاتصال بنفسك بمكتب الصحة عن طريق البريد الإلكتروني أثناء وجودك في الحجر الصحي.
- إذا كنت في حاجة إلى بعض الأدوية في أثناء الحجر الصحي أو شعرت بأن حالتك سيئة أثناء الحجر الصحي، فاتصل بطبيب الأسرة الخاص بك. أخبر طبيبك أيضًا بأنك خاضع للحجر الصحي.
- إذا كنت تشعر بأنك مريض للغاية وتحتاج إلى رعاية طبية عاجلة، فاتصل بالخدمة الطبية عند الطلب على رقم الهاتف ☎ 116117. وفي حالات الطوارئ العاجلة للغاية، اتصل برقم الطوارئ ☎ 112. قل دائمًا أنك خاضع لحجر صحي في المنزل.

### ماذا يحدث لعملي إذا اضطررت إلى الخضوع للحجر الصحي؟

- كقاعدة عامة، يسري ما يلي: إذا كان عليك البقاء في الحجر الصحي، فستستمر في تلقي راتبك من صاحب العمل (استمرار دفع الأجر) لمدة أقصاها 6 أسابيع (المادة 56 من قانون الحماية من العدوى).
- إذا كان يتعين عليك أيضًا البقاء في المنزل بسبب وجود طفلك (أقل من 12 عامًا) في الحجر الصحي، فإنه يتم تطبيق الاستمرار في دفع الأجر لمدة أقصاها 6 أسابيع. يمكنك العثور على مزيد من المعلومات [هنا](#). (الحق في الحصول على تعويض عن خسارة الدخل وفقًا للمادة 56 الفقرة 1أ من قانون الحماية من العدوى)

### متى ينتهي جبري الصحي؟

- إذا كانت لديك أعراض نموذجية لعدوى كورونا (سعال، التهاب الحلق، حمى، سيلان الأنف أو فقدان حاسة التذوق، ...)، فعادةً ما ينتهي الحجر الصحي بعد 10 أيام من بدء ظهور الأعراض. يجب أن تكون بصحة جيدة قبل يومين من انتهاء الحجر الصحي.
- إذا كان اختبار PCR الخاص بك إيجابيًا ولم تظهر عليك أعراض المرض النموذجية، فسينتهي الحجر الصحي بعد 10 أيام على أقرب تقدير، بعد اكتشاف العامل المسبب للمرض لأول مرة.
- **تنبيه: لا ينتهي الحجر الصحي إلا عندما يعطي مكتب الصحة الإذن بذلك.** هذا يعني أن مدة الحجر الصحي ليست هي نفسها دائمًا للجميع ويمكن أن تكون أطول أيضًا.
- الاستثناءات: إذا كان اختبار PoC الخاص بك إيجابيًا، فيجب أن يتبع ذلك اختبار PCR. وفي جميع الأحوال، سنظل أنت في الحجر الصحي حتى ظهور نتيجة اختبار PCR. ولن ينتهي الحجر الصحي إلا إذا كانت نتيجة اختبار PCR سلبية.

## معلومات أساسية: لائحة الدخول إلى البلاد في ظل جائحة كورونا اللائحة الاتحادية للدخول إلى البلاد في ظل جائحة كورونا

لقد كنت خارج البلاد. ماذا علي أن أفعل الآن؟

- يتم إلغاء لائحة الدخول إلى البلاد في ظل فيروس كورونا لولاية شمال الراين وستفاليا الصادرة بتاريخ 9 مايو/أيار 2021.
- تسري اللائحة الاتحادية الجديدة للدخول إلى البلاد في ظل فيروس كورونا منذ يوم 13 مايو/أيار 2021. وتستند القواعد السارية إلى تحديد مستوى المنطقة من حيث الخطورة أو ارتفاع عدد الإصابات أو ارتفاع مستوى العدوى نظرًا لوجود متغير للفيروس.
- يمكن الاطلاع على هذه المستويات في موقع معهد روبرت كوخ. يتحدد مستوى المنطقة من حيث الخطورة بناءً على التحليلات والقرارات المشتركة التي تتخذها كل من وزارة الصحة ووزارة الخارجية ووزارة الداخلية للبناء والشؤون الداخلية.
- مناطق الخطر
  - لا يوجد حجر صحي للحاصلين على اللقاح والمتعافين وأصحاب نتيجة الاختبار السلبية
  - مناطق ذات معدل مرتفع للإصابات
    - حجر صحي لمدة 10 أيام، اختبارات التأكد من سلبية النتيجة، تطبيق استثناءات للحاصلين على اللقاح
    - مناطق ذات مستوى عالٍ من العدوى نظرًا لوجود متغير للفيروس
      - حجر صحي لمدة 14 يومًا – وأيضًا للحاصلين على اللقاح والمتعافين
      - المناطق "الخالية من الخطر"
        - اختبار إلزامي للمسافرين غير الحاصلين على اللقاح

## معلومات أساسية: التطعيم ضد فيروس كورونا

### من الذي سيحصل على موعد للتطعيم وكيف يمكنني حجز موعد؟

- من يحق له حاليًا الحصول على التطعيم ومن ثم يمكنه حجز موعد، فسيجد على [الموقع الإلكتروني لمقاطعة إنبيه رور](#)، ويُتوقع أن تُلغى الأولوية بدءًا من 7 يونيو/حزيران.
- يقع مركز التطعيم المسؤول عن دائرة إنبيه-رور-كرايس في إنبييتال (مركز التطعيم في دائرة إنبيه-رور-كرايس، 205 شارع كولنر شتراسه، 58256 إنبييتال).
- توجد أيضًا قافلة متنقلة للقاح في موقف قاعة الألعاب الرياضية الكائنة في Milsper Straße 35 في شفيلم. هناك يتم المرور على جميع الأقسام بالسيارة، ويتم إعطاء اللقاح نفسه في خيمة. تنويه: في حالة حجز موعد لأخذ اللقاح عبر الإنترنت يجب تحديد أحد المقرين.
- التطعيمات ممكنة فقط عن طريق تحديد موعد مُسبق.
- يعتمد عدد مواعيد التطعيم على اللقاح المتوفر في مركز التطعيم.
- يمكن إجراء المواعيد عبر الإنترنت على [www.116117.de](http://www.116117.de) أو عبر الهاتف على ☎ 0800/116 117 02، يوميًا بين الساعة 8 صباحًا والساعة 10 مساءً.
- أنشأت رابطة صندوق الأطباء في ويستفاليا-ليبي (KVWL) المسؤولية عن تحديد المواعيد، دليل-خطوة-خطوة لحجز المواعيد، بالإضافة إلى قائمة بالإجابات على الأسئلة المتداولة: جميع المعلومات في [www.corona.kvwl.de/impftermin](http://www.corona.kvwl.de/impftermin).
- من أجل ضمان الحصول على الحماية الكاملة للتطعيم، يتم ترتيب موعد آخر للتطعيم الوقائي الثاني مع موعد التطعيم الأول.
- يمكن بشكل أساسي للأقارب أو الأشخاص الموثوق بهم أيضًا تحديد المواعيد.

### كيف تسري عملية التطعيم؟

- للحصول على التطعيم، يجب عليك أن تحضر معك بطاقة هويتك وتأكيد موعدك وشهادة التطعيم وبطاعتك الصحية الإلكترونية (إن وجدت)، وإذا لزم الأمر، الشهادات المعنية على سبيل الإثبات.
- يجب عليك ارتداء قناع طبي.
- قبل التطعيم يمكنك الاستعلام عن ماهية التطعيم الوقائي ضد كورونا. يمكنك أيضًا إجراء مقابلة استشارية مع طبيبة أو طبيب، إذا كنت ترغب في ذلك.
- يمكن العثور على معلومات حول التطعيم واللقاح بعدة لغات [هنا](#).
- يتم التطعيم بواسطة طاقم طبي مدرب.
- سيتم حقن اللقاح في أعلى الذراع.
- بعد التطعيم، تتم ملاحظة الأشخاص الملقَّحين طبيًا لمدة 15 إلى 30 دقيقة تقريبًا في مركز التطعيم، وبهذه الطريقة، يمكن التعامل بشكل مباشر مع أي رد فعلي مع تحسسي نادر الحدوث جدًا أو أي شعور بالضيق.
- موعد التطعيم الثاني يتم في نفس المكان أيضًا.
- يُحدّد موعد التطعيم في أبعد وقت ممكن؛ حتى يحصل العديد من الأشخاص على التطعيم الأول بشكل أسرع.



**Ennepe-Ruhr-Kreis**

الناشر

مقاطعة إنبييه رور (Ennepe-Ruhr-Kreis)  
رئيس المقاطعة  
Hauptstraße 92, 58332 Schwelm  
[www.en-kreis.de](http://www.en-kreis.de)

إذا لم تعد ترغب في تلقّي هذه النشرة الإخبارية الخاصة، فيرجى إرسال بريد إلكتروني إلى [ki-corona@en-kreis.de](mailto:ki-corona@en-kreis.de) أو الاتصال بنا هاتفياً على الرقم **.2778-93 / 02336**

**الاتصال:**

مركز الاندماج البلدي في مقاطعة إنبييه رور

البريد الإلكتروني: [ki-coronainfo@en-kreis.de](mailto:ki-coronainfo@en-kreis.de)

الموقع الإلكتروني: <http://www.enkreis.de/bildungintegration/kommunales-integrationszentrum.html>

يتم تمويل مركز الاندماج البلدي من قِبل

Ministerium für Kinder, Familie,  
Flüchtlinge und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



وزارة الأطفال والأسرة واللاجئين  
والاندماج في ولاية شمال الراين  
وستفاليا

Ministerium für  
Schule und Bildung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



وزارة المدرسة والتعليم في ولاية شمال  
الراين وستفاليا