

مقررات مربوط به کرونا در ایالت نیدرزاکسن

## چه کارهایی مجاز هستند و چه کارهایی نه

در روزهایی اخیر تدابیر زیادی یکی پس از دیگری در جهت جلوگیری از گسترش بحران کرونا و حفاظت از شهروندان اتخاذ شده اند. ما در اینجا دوباره برای شما مهمترین مقررات را جمع بندی کرده ایم.

در ادامه شما لیستی از مقررات و ممنوعیت هایی که تا این لحظه برای ایالت نیدرزاکسن به تصویب رسیده اند را می یابید. به این لیست پیوسته موارد دیگری اضافه می شود و بر اساس موقعیت قانونی در هر شرایط خاص اصلاح می گردد. برای اطلاع از جزئیات بیشتر در رابطه با مصوبات مربوط به ایالت نیدرزاکسن می توانید لینک زیر را باز کنید.

<https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/erlasse-und-allgemeinverfuegung/erlasse-und-allgemeinverfuegung-185856.html>

### ممنوعیت تماس برای تجمعات بیش از دو نفر

- تجمعات بیش از دو نفر در اماکن عمومی اساساً ممنوع می باشد.
- اعضای خانواده که همراه با هم در یک خانه زندگی می کنند از این قانون مستثنی می باشند.
- عدم توجه به مقررات ممنوعیت ارتباط توسط ادارات انتظامات و پلیس کنترل شده و مشمول جریمه می گردد.
- مراکز فروش غذا، آرایشگاه ها و سالن های آرایش و زیبایی باید کماکان در حالت تعطیل بمانند.
- کمک به دیگران و همچنین ورزش و تحرک به صورت انفرادی در هوای آزاد همچنان مجاز است.
- ادامه فعالیت های کاری به انضمام کارهای ضروری مربوط به مناطق کشاورزی و جنگلداری، کماکان مجاز می باشد.
- مراقبت های پزشکی ضروری به صورت سرپایی و یا در بیمارستان به عنوان مثال مراجعه به دکتر و یا بستری شدن در بیمارستان، کماکان مجاز می باشند.
- شرکت در اهدای خون کماکان مجاز می باشد.

- ملاقات کردن در چهارچوب حق ملاقات و حضانت بچه ها در حوزه شخصی مربوطه، کماکان مجاز می باشد.
- مراقبت و نگهداری از افراد نیازمند به کمک و کودکان زیر سن، کماکان مجاز می باشد.
- شرکت کردن در مراسم عروسی فقط به صورت محدود برای نزدیک ترین افراد خانواده مجاز می باشد.
- همراهی متوفی و شرکت در مراسم تعمد فقط به صورت محدود برای نزدیک ترین افراد خانواده مجاز می باشد.
- گوش کردن به اعتراف در کلیسا فقط با حضور یک کشیش مجاز می باشد.
- بردن و برگرداندن بچه ها در چهارچوب نگهداری از بچه ها در شرایط اضطراری در مدارس و مهدکودک ها، کماکان مجاز می باشد.
- مراجعه به ادارات، دادگاه ها و سایر ارگان های دولتی، کماکان مجاز می باشد.
- نگهداری و مراقبت از حیوانات خانگی و یا از حیواناتی که باید از آنها مراقبت به عمل آید، کماکان مجاز می باشد.
- تمام اقداماتی که در جهت پیشگیری از بروز خطراتی برای زندگی و سلامت جسمی یک شخص و یا در امان ماندن اموال و همچنین موارد اضطراری مشابه انجام شود، از این ممنوعیت ها مستثنی می باشند.
- تمام اقداماتی که بر اساس بخشنامه یک اداره، یک نهاد دولتی دیگر و یا یک دادگاه باید از آنها پیروی کرد، از این ممنوعیت ها مستثنی می باشند.
- رفتن به اماکن و فضاهای عمومی برای تهیه گزارش از طرف نمایندگان مطبوعات و رسانه های جمعی، مجاز می باشد.

## **مغازه های تامین نیازهای روزمره زندگی حتی در روزهای یکشنبه هم باز می مانند**

- مغازه هایی که عرضه کننده ی مایحتاج روزمره هستند، باز می مانند. به عنوان مثال فروشگاه های عرضه ی مواد غذایی و غذای حیوانات، بازارهای هفتگی، خدمات حمل و ارسال، داروخانه ها و فروشگاه های فروش کالاهای کمک درمانی، فروشگاه های مواد بهداشتی، پمپ بنزین ها و همچنین بانک ها و صندوق های مالی، ادارات پست، فروش روزنامه، مراکز شستشوی لباس و عمده فروشی های مواد غذایی.
- علاوه برآن، ممنوعیت فروش در یکشنبه، برای این مغازه ها و فروشگاه ها تا اطلاع ثانوی لغو شده است.
- تمام فروشگاه های دیگر کماکان به صورت تعطیل می مانند.
- برای دسترسی به جزییات بیشتر می توانید از لینک زیر استفاده نمایید:

- <https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/erlasse-und-allgemeinverfuegung/erlasse-und-allgemeinverfuegung-185856.html>

## تعطیل شدن مراکز رفت و آمد و تجمع گروهی

- پارک ها و زمین های بازی
- بارها، کلوب ها و دیسکو ها
- تئاترها، اپراها، سالن های کنسرت و موزه ها
- نمایشگاه ها، گالری ها، پارک ها و باغ وحش ها و فعالیت ها و تفریحات اوقات فراغت چه در محیط بسته و یا در بیرون، بازارهای خاص، مراکز بازی های پولی و شرط بندی، قمارخانه ها و کازینوها، کارواش ها و مراکز عرضه سکس و خدمات جنسی
- مراکزی که در آنها فعالیت های ورزشی انجام می شود، مانند مراکز ورزشی، و استخرهای شنا و تفریح و پارک های آبی
- باشگاه ها و سالن های ورزشی
- سایر مراکز خرید اعم از فروشگاه های تک و یا مراکز بزرگ خرید
- برای دسترسی به جزییات بیشتر می توانید از لینک زیر استفاده نمایید:

- <https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/erlasse-und-allgemeinverfuegung/erlasse-und-allgemeinverfuegung-185856.html>

مراکز مربوط به ارائه خدمات سلامتی می توانند به کار خود ادامه دهند، به شرطی که ضوابط بهداشتی را در بالاترین سطح ممکن رعایت کنند.

## تعطیل شدن مراکز سرو و فروش غذا برای جلوگیری از تجمع مردم

- رستوران ها، غذاخوری ها، رستوران های ذنجیره ای، دکه های اغذیه فروشی و سلف سرویس های دانشگاه ها و مراکز آموزشی و سایر مکان های مشابه برای نشستن و صرف غذا و تجمع گروهی تعطیل می باشند.
- حمل و ارسال غذا به درب منزل و خریدن و آوردن غذاهای قابل حمل برای صرف در منزل همچنان مجاز می باشد. ساعت کاری از ساعت 6 صبح تا ساعت 6 بعدازظهر می باشد.
- خوردن غذا در بیرون از منزل در فاصله ی پنجاه متری از این مراکز تهیه و فروش غذا، ممنوع می باشد.
- برای دسترسی به جزییات بیشتر می توانید از لینک زیر استفاده نمایید:

- Weitere Details: *Erlass des Niedersächsischen Gesundheitsministeriums zur Schließung von Restaurants, Speisegaststätten und Mensen vom 20.03.2020*

## محدودیت برای گردهمایی ها

- گردهمایی ها در انجمن ها و دیگر مراکز ورزشی و تفریحی ممنوع می باشند.
- علاوه بر آن مراکز آموزش دولتی، مدارس موسیقی، و سایر مراکز آموزشی اعم از خصوصی و دولتی تعطیل می باشند.
- گردهمایی در کلیسا ها، مساجد، کنیسه ها و گردهمایی های سایر گروه های مذهبی فعلا اجازه برگزاری ندارند.

## تشدید ممنوعیت ملاقات برای بیمارستان ها، آسایشگاه ها و غیره

- محدودیت در مقررات ملاقات برای بیمارستان ها، آسایشگاه ها و دیگر مراکز مشابه. احتمالا به عنوان مثال حداکثر یکبار در روز و هر بار یک ساعت. برای افراد با عفونت های مجاری تنفسی ملاقات باید ممنوع گردد.
- علاوه بر آن باید عموماً از ورود افرادی که در چهارده روز گذشته در مناطق آلوده و پرخطر چه در خارج و چه در داخل آلمان به سربرده اند، به این مراکز و همچنین به دانشگاه ها، مدارس و مهدکودک ها، ممانعت به عمل آید.

## محدودیت های شدید در سایر حوزه ها

- اقامت در هتل فقط به شرطی که برای مقاصد کاری باشد ممنوع نیست، اما از این اجازه نباید به منظور مقاصد تفریحی و توریستی استفاده کرد.
- بازدید از جزیره های توریستی ایالت نیدرزاکسن برای توریست ها ممنوع می باشد.
- برای فروشگاه های ابزارآلات و لوازم و مصالح ساختمان و باغچه و فروشگاه های غذا و احتیاجات حیوانات خانگی محدودیت های شدیدتری اعمال می گردد تا از صف کشیدن برای ورود جلوگیری به عمل آید. باید مقررات دقیقی وضع شود که چه کسی چه وقت وارد مغازه می شود.

## مهمترین مقررات رفتار عمومی

درکنار ممنوعیت های قضایی و حقوقی در این رابطه، مقررات مربوط به موارد استثنا و بخشنامه ها و دستورالعمل های موجود، یک سری مقررات رفتار عمومی به شرح زیر وجود دارد که هر کسی باید خود را موظف به انجام آن بداند:

- چیزی که بسیار مهم است، رعایت فاصله ایمنی می باشد.

در مکان های عمومی، مترو، سوپرمارکت ها و فروشگاه ها و غیره فاصله بین یک و نیم تا دو متر رعایت شود. اگر دو متر فاصله از اشخاص رعایت شود، امکان ابتلا به ویروس منتفی می گردد.

● اهمیت شستن دست ها

به صورت مداوم، به شکل درست و اساسی که حداقل بین بیست تا چهل ثانیه طول بکشد و با صابون.

● دست نزدن به صورت در حد امکان

تا جایی که می توانید سعی کنید به صورت خود دست نزنید و چشمانتان را نمالید.

● رعایت آداب مربوط به عطسه و سرفه

به هنگام سرماخوردگی و سایر عفونت های مزمن مجاری تنفسی، از جمله اقداماتی که هر شخص باید برای حفاظت از خود انجام دهد، شست و شوی مداوم دست ها و همچنین عطسه و سرفه کردن به صورت درست می باشد.

Husten-Etikette einhalten

● کم کردن ارتباطات اجتماعی به پایین ترین سطح ممکن

بهترین کار این است که تا جایی که می توانید از برخورد و ارتباط با سایر اشخاص پرهیزید. بدینوسیله شما کمک بزرگی می کنید که تا حد ممکن از تعداد افراد مبتلا به بیماری کاسته شود. به این منظور و برای پیشگیری، تمامی مدارس، مهدکودک ها و سایر مراکز دولتی به حالت تعطیل درآمده اند. وزارت امور اجتماعی در ارتباط با مراکز نگهداری از سالمندان و بیمارستان ها توصیه کرده است که در حد امکان از ملاقات صرفنظر نمایید.

● مادربزرگ ها و پدربزرگ ها در شرایط کنونی به هیچ عنوان گزینه ی مناسبی برای نگهداری از بچه ها نیستند.

حتی اکنون که مهدکودک ها تعطیل هستند، نگهداری کردن از بچه ها توسط مادربزرگ ها و پدربزرگ ها به هیچ عنوان کار صحیحی نمی باشد. به این دلیل که حتی بچه ها هم می توانند به این ویروس مبتلا شوند، هرچند که خوشبختانه خیلی علایمی از خود بروز نمی دهند، ولی می توانند خود ناقل ویروس باشند و آن را به دیگران انتقال دهند.

● توجه کردن به دیگران و نشان دادن حس همدردی

به سلامتی خودتان توجه کنید تا دیگران را هم مبتلا نکنید. در اطراف خود نگاه کنید که آیا و کجا می توانید به انسان های دیگر کمک کنید، به کسانی که جزء گروه پرخطر هستند، افراد پیر و یا افرادی که از قبل بیماری های دیگری دارند. به عنوان مثال شما می توانید برای آنها خرید کنید و یا ارتباط خود را به صورت تلفنی با آنها حفظ کنید.

مساله مهم این است که تا حد امکان جلوی سرعت گسترش و انتشار ویروس گرفته شود تا بدینوسیله سیستم سلامت جامعه به سرعت به آخر خط نرسد. حفاظت از گروه هایی با آسیب پذیری و ریسک خطر بسیار بالا، مانند سالمندان و افراد با بیماری های مزمن پیش زمینه ای، باید در شرایط کنونی در راس اولویت قرار گیرد.