

هل يجب استعمال الكمامة الطبية؟

1. من الممكن استعمال الكمامة الطبية في حال وجود بعض الأعراض المرضية في الوظائف التنفسية مثل السعال أو العطس من أجل الحفاظ على الناس المحيطين بنا.

الاحتياطات الالزمة لعدم انتشار فيروس الكورونا.

في تاريخ 13 من الشهر الحالي تم اعلان بعض الاحتياطات المتعلقة لعدم انتشار الفيروس على الأراضي البلغارية ومن الممكن أن يحدث تغيرات في الاحتياطات التي أعلن عنها حسب الأوضاع السارية.

فريقنا العامل والمأولف من موظفين ووسطاء اجتماعيين ومحامين وأخصائيين في علم النفس من الممكن التواصل معهم من خلال التواصل الاجتماعي عن طريق (الماسنجر) MESSENGER (عبر صفحتنا على الفيسبوك)

دوم العمل في المكتب .

من الساعة التاسعة صباحاً وحتى الساعة الخامسة والنصف بعد الظهر 9:00-17:30
للاتصال هاتفياً (اللغة العربية) 0888711030 . 08886649697 . 0876114161 . 0878952691 . 0885899254 . 0898442108 .

للاتصال هاتفياً (اللغة الفارسية) 0898358667 . 0898358667 . 0878275479 .
من خلال وجودكم في المناطق التالية هاسكوفو-هارمانلي--ستارا زاجورا يمكنكم الإتصال بمؤسسة بعثة الجناح(على الرقم التالي 0897653598 . ولغة
العربية 0898358667 و اللغة الفارسية 0898358667)



ویروس جدید کرونا چیست؟

”کووید-۱۹“ نوع جدید ویروس کرونا است. این مریضی برای اولین بار در ووهان ، چین شناسایی شده بود و به عنوان ویروس کرونا ۲۰۱۹ ”کووید-۹“ شناخته شده است.

چگونه کووید-۱۹ انتشار می کند؟

ویروس از طریق تماس نزدیک با آدم مبتلا به این بیماری از طریق سرفه یا عطسه و یا هم ملس سطوح آلوده با این مکروب منتقل می شود.
کووید-۱۹ چند ساعت روی سطوح زندگی ماند، اما ضد عفونی کننده های معمولی می توانند آن را بکشند.

علامه ویروس کرونا چیست؟

علامه آن مشابه با آنفولانزا یا سرماخوردگی است
- تب بالا
- سرفه
- تنگی نفس. در موارد شدیدتر عفونت ممکن است باعث پنومونی یا مشکلات در طرق تنفسی شود. به ندرت عاقبت بیماری باعث مرگ می شود.

راههای پیشگیری از ابتلاء به این بیماری!

دستهایتان را با استفاده از صابون و آب و یا مواد ضد عفونی بشویید.
اگر سرفه یا عطسه می کنید صورت خود را با آرژنگ دستان و یا دستمال بپوشانید.
3. از تماس نزدیک با افرادی که علائم سرماخوردگی و آنفولانزا دارند و همچنان اماكن عمومي (دفترها، مدرسه ها، ترانسپورت ملی) خودداری کنید و برای جلوگیری از انتشار آن به افراد دیگر.

آنچه که باید انجام بدهید اگر شما و یا بچه شما علائم کووید-۱۹ دارید؟

اگر تب بالا دارید، سرفه می کنید یا مشکلات تنفسی دارید فوراً با دکتر فامیلی تان تماس بگیرید. اگر نیاز به متجم دارید، از سازمان ما ممکن است افرادی که علائم سرماخوردگی و آنفولانزا دارند و همچنان اماكن عمومي (دفترها، مدرسه ها، ترانسپورت ملی) خودداری کنید و در مورد مبتلا شدن کودکان به کووید-۱۹ وجود دارد.

پوشیدن ماسک پزشکی حتمی است ؟

اگر علائم مشکلات تنفسی (سرفه یا عطسه) دارید، برای محافظت از دیگران استفاده از ماسک پزشکی توصیه می شود. اگر علائم یاد شده ندارید نیاز به استفاده از ماسک پزشکی نیست.

در کشور بلغارستان از ۱۳ مارس بداینسو تدابیر خاص برای جلوگیری از شیوع ویروس اتخاذ شده است و برای پیشگیری از تغییرات در تدبیر اتخاذ شده به فیس بوک زیل مراجحه کنید که ما در آنجا اطلاعات به زبان های عربی، فارسی و انگلیسی ارائه خواهیم کرد. ” covid - 19 -
- информация за бежанци / refugee info bulgaria

تیم ما که متشکل از کارمندان اجتماعی، متخصصان فرهنگی، وکیل و روانشناس است، از طریق فیس بوک برای شما کمک مشاوراتی می کند.

ساعت کاری ما : ۹:۰۰ - ۱۷:۳۰ ساعت ۹ الی ساعت ۱۷:۳۰
بهجه.

شماره های موبایل به زبان عربی ۰۸۸۸۷۱۱۰۳۰ ; ۰۸۸۵۸۹۹۲۵۴ ; ۰۸۹۸۴۴۲۱۰۸ ; ۰۸۸۶۶۴۹۶۹۷ ; ۰۸۸۶۶۴۹۶۹۷ ; ۰۸۹۸۴۴۲۱۰۸ .

شماره های موبایل به زبان فارسی ۰۸۹۸۴۴۲۱۰۸ ; ۰۸۸۵۸۹۹۲۵۴ ; ۰۸۹۸۴۴۲۱۰۸ .

اگر در استان استارا زاگورا، هارمنلی یا هاسکوفو هستید می توانید با بنیاد ”مأموریت بالا“ برای دریافت اطلاعات بیشتر و کمک به شماره های

موبايل به زبان عربی - ۰۸۹۸۳۵۸۶۷ .

به زبان فارسی - ۰۸۷۸۲۷۵۴۷۹ .

به زبان بلغاری - ۰۸۹۷۶۵۳۵۹۸ .

تماس با ما بگیرید.



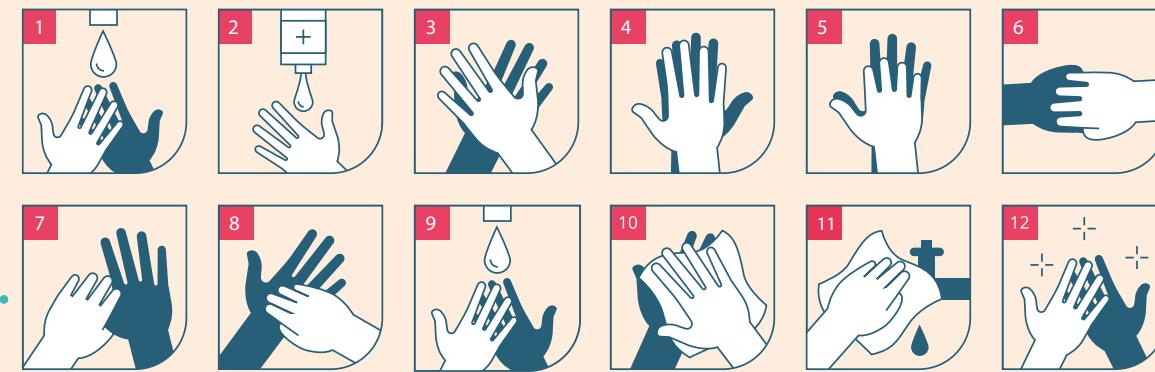
Тази брошура е отпечатана в рамките на проект „SAVE – Speak Out Against Violence“, 01.11.2019г.- 30.06.2021г. на Сдружение „Съвет на жените бежанки в България“, част от регионален проект на УНИЦЕФ за Европа и Централна Азия „Действие срещу насилието, основано на пола, над жени и деца-търсещи закрила и мигранти“, финансиран от Бюджета за население, бежанци и мигранти на Държавния департамент на САЩ.

Как да си миете ръцете?

What is the best way to wash your hands?

ما هي الطريقة الجيدة لغسل اليدين؟

بهترین طریق شستشوی دست‌ها چیست؟



Мерки срещу разпространение на вируса

От 13 март в страната са обявени мерки за превенция на разпространението на вируса, които се изменят съобразно ситуацията и се променят динамично, за това е добре да следите информацията, която предоставяме в фейсбук групата:

„covid - 19 информация за бежанци / refugee info bulgaria“ – където ще предоставяме информация на арабски, английски и фарси за актуалното състояние и държавните мерки. Нашият екип от социални работници, културни медиатори, адвокат и психолог са достъпни чрез месингджъра на Facebook за лични консултации

Работното ни време продължава да е от 9:00 - 17:30 часа.

Телефони на арабски: 0888711030, 0876114161, 0886649697, 0878952691

Телефони на персийски 0885899254, 0898442108

Ако се намирате в региона на град Харманли, Хасково или Стара Загора, можете да се свържете с екипа на Фондация „Мисия Криле“ за повече информация и помощ на следните телефони: арабски: 0898/358667; персийски: 0878/275479; български: 0897/653598

What is the new coronavirus?

CoV is a new coronavirus strain. The disease, which was first identified in Wuhan, China, was named coronavirus 2019 (COVID-19).

How is COVID-19 transmitted?

The virus is transmitted by direct contact with an infected person during coughing and sneezing and by touching infected surfaces. COVID-19 can survive on surfaces for several hours, but ordinary disinfectants can kill it.

What are the symptoms of a coronavirus?

The symptoms are similar to those with the flu or common cold:

- ✓ fever
- ✓ cough
- ✓ shortness of breath

In more severe cases, the infection may cause pneumonia or difficulty breathing. Less commonly, the disease can have a fatal outcome.

How to avoid the risk of infection?

Here are some precautions you and your family can take to avoid getting infected:

1. Wash your hands frequently using soap and water or an alcohol-based hand gel
2. When coughing or sneezing, cover your face with your elbow folded or with a paper towel.
3. Avoid close contact with people who have cold and flu symptoms as well as public places (offices, schools, public transportation) to prevent it from spreading to other people.

What should I do if you or your child has symptoms of COVID-19?

If you have a high fever, cough or have difficulty breathing - contact your doctor immediately. If you have a language problem, seek the support of our translators! We know that it is possible for people of all ages to become infected with the virus, but so far there are relatively few cases of COVID-19 in children.

Do I have to wear a medical mask?

The use of a medical mask is recommended if you have respiratory symptoms (coughing or sneezing) to protect others. If you have no symptoms, you do not need to wear a mask.

Measures for the spreading of the virus

Since March 13, measures have been announced in the country to prevent the spread of the virus, which change according to the situation and change dynamically, so it is good to follow the information we provide in the Facebook group:

„covid - 19 информация за бежанци / refugee info bulgaria“ – where we will provide information in Arabic, English and Farsi on the current status and state measures.

Our team of social workers, cultural mediators, lawyer and psychologist are available via Facebook messenger for personal consultation

We are working from 9:00 - 17:30.

Phones in Arabic: 0888/711030, 0876/114161, 0886/649697, 0878/952691

Phones in Persian: 0885/899254, 0898/442108

If you are in the region of Harmanli, Haskovo or Stara Zagora, you can contact the Mission Wing Foundation team for more information and assistance at the following phones: Arabic: 0898/358667; Persian: 0878/275479; English: 0897/653598

ماذا يمثل الفيروس التاجي الجديد؟

هو سلالة جديدة من الفيروسات التاجية و تم تسمية هذا المرض الذي تم تحديده لأول مرة في ووهان الصين بفيروس كورونا-19 COV سنة 2019.

كيف يتم نشر هذا المرض؟

ينتقل الفيروس عن طريق الاتصال المباشر مع شخص مصاب بهذا المرض من خلال السعال او العطس او بعض الاماكن المنسطحة المصابة بالفيروس.

COVID-19 يمكنه البقاء فوق الاماكن المنسطحة لعدة ساعات ولكن يمكن إبادته مع استعمال بعض المطهرات المنزلية.

ما هي أعراض الفيروس التاجي (كورونا)؟

اعراض فيروس الكورونا أو الفيروس التاجي هي مشابهة للنزلات الصدرية العادمة.
1-الحرارة المرتفعة.
2-السعال.

3-ضيق التنفس.
يمكن في بعض الحالات الصعبة ان تسبب العدوى التهاب في الرئتين وضيق في التنفس.

كيف تتجنب الابتعاد عن العدوى؟

اليكم ولعائلتكم بعض الاحتياطات التي يمكن اتخاذها للوقاية من العدوى.

1 غسل اليدين مرات عديدة في اليوم بالصابون المطهر او الجل المركب من الكحول

2 تغطية الرأس بكوع اليدين عند السعال أو العطس او استعمال المحمّم الورقي .

3 تجنب الاختلاط مع الاشخاص الذين عندهم بعض الاعراض المرضية مثل الزكام او السعال او التجمع في الأماكن العامة مثل الشوارع، المقاهي العامة، والمكاتب و التنقل في المواصلات

ما العمل عند الشك بوجود اعراض فيروس الكورونا COVID-19؟

1. عند الشعور بحرارة عالية أو السعال وضيق في التنفس ، الاتصال مباشرة مع طبيب العائلة وفي حال وجود صعوبة في التحدث مع الطبيب المعالج بسبب عائق اللغة ، الاتصال مع المترجمين للدعم و المساعدة.