



همراه با هم علیه کرونا - در اینجا مهمترین مقررات ذکر می شود! به روزرسانی متن اصلی ترجمه دسامبر 2020:

چه زمانی اجباری بودن پوشیدن ماسک اعمال می شود؟

از تاریخ 1 دسامبر سال 2020، ناحیه ای که قرار است پوشش دهان بینی استفاده شود گسترش می یابد: اجباری بودن پوشیدن ماسک به صورت روزمره همانند گذشته در اتاق های بسته که برای عموم قابل دسترسی هستند یا در چهارچوب رفت و آمد بازدید یا مشتریان در دسترس هستند، اعمال می گردد. همچنین در ادارات یا فروشگاه ها، شرکت ها و غیره اعمال می گردد. همچنین باید در قسمت های ورودی این ساختمان ها و پارکینگ های مربوطه از ماسک استفاده شود. به این ترتیب از افرادی که در آنجا حضور دارند یا با یکدیگر ملاقات می کنند محافظت می شود و خطر عفونت کاهش می یابد.

همچنین در محل کار یا شرکت نیز الزام به استفاده از پوشش دهان و بینی اعمال می گردد. از ابتدای دسامبر سال 2020 به بعد، باید در هر کارخانه، شرکت صنایع دستی، سایر شرکت ها و در هر اداره یک ماسک روزمره پوشیده شود. این فقط در صورتی اعمال نمی گردد که در محل کار خود باشید و حداقل فاصله 1.5 متری از سایر افراد رعایت شده باشد. یک استثناء دیگر در مورد افرادی اعمال می شود که نوع فعالیت آنها اجازه استفاده از پوشش دهان و بینی را نمی دهد. این می تواند در مواردی روی دهد که به عنوان مثال، فعالیت به ویژه از نظر جسمی شدید و توان فرسا باشد یا پوشیدن ماسک در مشاغل صنعتی خاص امکان پذیر نباشد.

همچنین جدیداً داشتن پوشش دهان و بینی در کلیه مکان هایی که در فضای باز قرار دارند و خطر عفونت به دلیل امکان ملاقات با تعداد زیادی از افراد افزایش می یابد اجباری می باشد. این اجبار در آیین نامه قبلی گنجانده شده بود، اما فقط در نواحی ایالتی و شهرهای بدون ناحیه با میزان وقوع بیش از 35 مورد در هر 100.000 نفر (100.000/35) در هفت روز اعمال می شد. این بدان معناست که اجباری بودن پوشیدن ماسک روزمره اکنون در هر کجا که افراد در فضاهای محدود هستند مانند مناطق بسیار باریک گذرگاه عابر پیاده یا توقف های غیر موقت در یک مکان، اعمال می شود.

برای این که این مکان ها به وضوح قابل شناسایی باشند - همچنین برای تعیین مدت یا بازه زمانی اجباری بودن - این موارد از طریق یک فرمان کلی که به اطلاع عموم می رسد، توسط نواحی ایالتی و شهرهای بدون ناحیه مشخص می گردند.

محدودیت های تماس:

از 1 دسامبر سال 2020 به بعد، گردهمایی ها و جشن ها با حضور افراد از خانه خود و یک خانواده دیگر حداکثر تا تعداد پنج نفر مجاز است. کودکان تا 14 سال از این قاعده معاف هستند.

مزیت بستگان حفظ می شود. این بدان معناست که محدودیت دو خانوار برای اقوام نزدیک اعمال نمی شود. همچنین برای بستگان نزدیک، به عنوان مثال برای بستگان سببی و نسبی مستقیم، همسران، شرکای زندگی، نامزدها، خواهر و برادرها، همسران یا شرکای زندگی خواهر و برادر، خواهر و برادر همسر یا شریک زندگی، والدین سرپرست و کودکان تحت سرپرستی بالای 14 سال، محدودیت عددی برای پنج نفر اعمال می شود.

البته اگر بیش از پنج نفر بالای 14 سال در یک خانوار (خانواده بزرگتر یا زندگی اشتراکی در یک خانه) زندگی کنند مشکلی نیست. با این حال، همین این که پنج نفر یا بیشتر از یک خانوار حضور داشته باشند، افراد دیگر را نمی توان دعوت کرد. گردهمایی با افراد خارج از خانوار فقط در صورتی مجاز است که برخی از افراد ساکن خانه در این ملاقات حضور نداشته باشند. عدد پنج حداکثر حد مجاز برای همه افراد بالای 14 سال است.

این مورد در خصوص همه فضاهای خصوصی، مانند خانه ملکی یا سایر فضاهای بسته ملکی، اما همچنین برای محوطه های شخصی یا ملکی موجود در فضای باز (باغ ها یا حیاط ها) اعمال می شود. این همچنین شامل فضاهای خارج از محل سکونت شخصی، به عنوان مثال مراکز اجتماعات روستا است.

بازه زمانی 23.12.2020 - 01 ژانویه 2021

در این بازه زمانی، گردهمایی ها و جشن های خصوصی در زمان بین 23 دسامبر 2020 تا پایان 1 ژانویه 2021 با حداکثر ده نفر مجاز است، صرف نظر از تعلق آنها به یک خانه. باز هم در اینجا، کودکان زیر 14 سال شامل نمی شوند.



ممنوعیت‌های کاری و محدودیت‌های خدماتی

فروشگاه‌های عمده‌فروشی و خرده‌فروشی (مثلاً سوپرمارکت‌ها، داروخانه‌ها، داروفروشی‌ها، فروشگاه‌های لباس یا ابزارفروشی‌ها) مشروط به حفظ بهداشت، کنترل دسترسی، و اجتناب از تشکیل صف، باز باقی خواهند ماند. اما باید اطمینان حاصل شود که در هر ۱۰ متر مربع از محدوده فروش در فروشگاه بیش از یک مشتری حضور ندارد.



تفریحات

- سینما، باغ وحش، پارک حیوانات، نمایشگاه‌های تجاری، پارک‌های تفریحی، و سایر فعالیت‌های تفریحی ارائه شده در داخل و خارج از ساختمان ☐
- پاساژهای تفریحی، کازینوها، مغازه‌های شرط‌بندی، و تسهیلات مشابه ☐
- ارائه ورزش‌های تفریحی و آماتور در تسهیلات ورزشی خصوصی و عمومی و باشگاه‌های بدنسازی و داخل آنها ☐
- استخرهای شنا و تفریحی، سونا، حمام گرم، سولاریوم ☐

خدمات:

- آرایشگاه‌ها، سالن‌های ماساژ، سالن‌های تتو، سالن‌های ناخن، و غیره. ☐

رستوران‌ها:

- رستوران‌ها، اسنک‌فروشی‌ها، کافه‌ها، چایخانه و قهوه‌خانه، کلوپ‌ها، دیسکوها ☐

تسهیلات اقامتی/گردشگری:

- اقامت شبانه توریست‌ها در هتل‌ها، مهمانسراها، آپارتمان‌های اقامتی، اردوگاه‌ها و غیره. ☐
- اتوبوس توریستی، قایق و کالسکه‌سواری ☐



تفریحات:

- ورزش‌های انفرادی به تنهایی، جفتی یا در خانه خودتان ☐

خدمات:

- خدمات پزشکی در حوزه فیزیوتراپی، کار درمانی، گفتاردرمانی، پزشکی یا مراقبت از پا ☐
- سلمانی ☐



Niedersachsen. Klar.

رستوران‌ها:

- فروش خارج از محل، تحویل و جمع‌آوری غذا برای مصرف در محل ?
- تأمین آذوقه در هتل و تسهیلات اقامتی برای مهمانان غیرتوریست ?
- اغذیه‌فروشی‌ها و سالن‌های غذاخوری ?

تسهیلات اقامتی:

- برای سفرهای کاری و تجاری و برای مقاصد ضروری مجاز است ?
- استفاده از آپارتمان اقامتی شخصی/خانه تعطیلات و اردوگاه دائمی ?

ثبت جزئیات تماس

به منظور رهگیری زنجیره‌های احتمالی ابتلا، ثبت داده‌های تماس در محدوده‌های زیر الزامی است:

- در محدوده خدمات مجاز فعلی مربوط به بدن
- طی بازدید از خانه‌های سالمندان و آسایشگاه‌ها، بیمارستان‌ها، تسهیلات توانبخشی و غیره.
- در اغذیه‌فروشی‌ها و سالن‌های غذاخوری
- در زمینه پیشنهادات تحصیلی در خارج از فضای مدرسه
- در زمینه پیشنهادات خدمات رفاهی کودک و نوجوان و نیز در محدوده مراکز مشاوره اجتماعی، تحصیلی و روانشناسی
- در آموزشگاه‌های رانندگی

+++ نکات مهم برای بازدیدکنندگان و مشتریان:+++

خدمات، فعالیتها یا بازدید از تسهیلات فوق بدون ارائه جزئیات تماس از طرف هر مشتری به صورت جداگانه مقدور نخواهد بود! از همه این افراد درخواست می شود نام و نام خانوادگی، نشانی کامل، امکان دسترسی تلفنی، تاریخ و زمان را ارائه دهند. این کار برای برقراری تماس احتمالی توسط اداره بهداشت عمومی در صورت ابتلا انجام می‌شود!

+++ نکات مهم برای کارکنان:+++

همه این اطلاعات تماس باید حداکثر پس از یک ماه حذف یا نابود شود. فقط اداره بهداشت عمومی می‌تواند از این اطلاعات به منظور محافظت از ابتلا استفاده کند. لطفاً اطمینان حاصل کنید که داده‌های سایر بازدیدکنندگان، مشتریان و خدمات‌گیرندگان قابل مشاهده نباشد. استفاده از یک لیست عمومی که مشتریان پشت سر هم مشخصات خود را وارد کنند مجاز نیست.



ورزش

انجام ورزشهای تفریحی و آماتور محدود شده است. انجام ورزشهای گروهی مجاز نیست. اما انجام ورزشهای انفرادی تحت شرایط خاصی مجاز است.

ورزشهای انفرادی شامل ورزشهایی می شود که به تنهایی، یا جفتی و عموماً بدون تماس مستقیم با دیگران انجام می شود. این علاوه بر موارد دیگر شامل اینها می شود دو و میدانی، تنیس، گلف یا ژیمناستیک. ورزشهای انفرادی که حداقل فاصله ۱/۵ متری را نمی توان با افراد پشت سر حفظ کرد، مثل جودو یا کاراته یا مانند آن، تنها با یک شخص دیگر قابل انجام است نه با حریفهای متغیر.

ورزشهای انفرادی را می توان به تنهایی، جفتی یا با اشخاصی از خانواده خود انجام داد. لازم است اطمینان حاصل شود که تماس و برخورد در حداقل مقدار بماند و حداقل فاصله با افراد خانواده دیگر همیشه حفظ شود. حتی با اینکه به عنوان مثال دو و میدانی و تنیس ورزشهای انفرادی هستند، تمرین در گروههای تمرینی بزرگتر در حال حاضر مجاز نیست.

مراسم مذهبی

علیرغم افزایش کنونی تعداد مبتلایان، برگزاری جلسات انجام مراسم مذهبی در ساکسونی سفلی مجاز است. با توجه به آزادی مذهب که در قانون تضمین شده، دولت ایالتی از اعمال استانداردهای شدید مشابه برای مراسم کلیسا و سایر مراسمات مذهبی مانند گردهماییهای غیرمذهبی خودداری کرده است.

اما، اکیداً ضروری است که بر اساس پروتکل های بهداشتی اقداماتی انجام شود. این شامل محدود کردن تعداد شرکت کنندگان در مراسم مذهبی می شود.

فقط آن تعداد افراد می توانند در کلیسا، کنیسه، مسجد یا هر مکان مذهبی دیگری جمع شوند که بتوانند فاصله ۱/۵ متری بین یکدیگر را حفظ کنند.

در جلسات انجام اعمال مذهبی در مراسمات داخل فضاهای بسته، در صورتی که فرد در اتاق حرکت کند، باید پوشش بینی و دهان هم استفاده شود. وقتی افراد روی صندلی نشسته باشند، می توانند پوشش دهان و بینی را بردارند.



مسافرت به خارج و قرنطینه

از تمام ساکنان ساکسونی سفلی صمیمانه تقاضا می‌شود در صورت امکان از انجام سفرهای خارجی غیرضروری اجتناب کنند. اگر در هر حال به کشوری سفر کردید که توسط موسسه رابرت کخ و وزارت خارجه آلمان به عنوان یک ناحیه خطرناک شناخته شده، باید پس از ورود مجدد به ساکسونی سفلی به قرنطینه بروید. این شامل مهمانان شما که از ناحیه خطرناک می‌آیند هم می‌شود.

این یعنی: بلافاصله پس از ورود از یک ناحیه خطرناک، اشخاص متأثر باید مستقیماً به خانه خود، به مکان اقامت همیشگی، یا به اقامتگاه مناسب دیگری بروند و به مدت ده روز متوالی پس از ورود، جدا از دیگران بمانند. این شامل اشخاصی که از یک منطقه خطرناک از طریق کشور دیگری وارد ساکسونی سفلی می‌شوند هم می‌شود.

حداقل پس از پنج روز یک تست مولکولی بیولوژیکی کرونا (تست PCR) قابل انجام است. اگر نتیجه منفی باشد، می‌توان قرنطینه را پیش از موقع به پایان رساند. این تست باید مطابق با الزامات مؤسسه رابرت کخ باشد. این الزامات در اینترنت در نشانی <https://www.rki.de/covid-19-tests> منتشر شده است.

فهرستی از مناطق خطرناک کنونی [به طور روزانه در مؤسسه رابرت کخ قابل ملاحظه است \(RKI\)](#).

بسیار مهم: لطفاً هنگام ورود به کشور از طریق درگاه اینترنتی www.einreiseanmeldung.de ثبت‌نام کنید!

اشخاصی که به عنوان مثال در چارچوب اصطلاحاً تردد مرز محلی مسافرت می‌کنند و بیش از ۲۴ ساعت را در ناحیه خطرناک نگذرانده‌اند از این شرط قرنطینه معاف هستند. مسافران هر روزه مرزی یا عبورکنندگان مرزی هم که به نحو قابل اثبات برای کار، تحصیل یا دلایل آموزشی، به یک منطقه خطرناک وارد یا از آن خارج می‌شوند، اگر مرتباً حداقل هفته‌ای یک بار، به محل اقامت خود برمی‌گردند، و پروتکل‌های بهداشتی و محافظتی مقتضی را رعایت می‌کنند لازم نیست قرنطینه شوند. سایر استثنائات را می‌توان در مقررات قرنطینه‌ای ایالت ساکسونی سفلی یافت (لطفاً لینک وارد شود).