



## ویروس کرونا اقدامات شهر Turnhout در برابر آن

برای معلومات بیشتر به وبسایت [www.turnhout.be](http://www.turnhout.be) مراجعه کنید.  
اگر سؤالی دارید به نشانی [vragen@turnhout.be](mailto:vragen@turnhout.be) ایمیل ارسال کنید و یا به نمبر  
014409666 زنگ بزنید.

ساکنان محترم

ما کوشش می‌کنیم تا گسترش ویروس کرونا را متوقف کنیم. به همین منظور باید راهکارهایی را اتخاذ کنیم که دشوار اما ضروری هستند. در این زمینه به کمک تکتک ساکنان Turnhout نیازمندیم.

### از خود و دیگران مراقبت کنید

#### در خانه بمانید

- فقط در موارد واقعاً لازم بیرون بروید: برای رفتن به کار، برای تهیه‌ی مواد خوراکی، برای مراجعه به دواخانه.
- بیرون رفتن برای داشتن تحرک یا تفریح مجاز است، اما تنها یا همراه با یکی از اعضای خانواده و یا 1 دوست (همیشه با همان دوست).

#### فاصله را رعایت کنید

- حداقل 1.5 متر فاصله را با یکدیگر رعایت کنید. هر وقت کسی به شما زیادی نزدیک می‌شود، مؤدبانه از او بخواهید تا از شما فاصله بگیرد.
- با دیگران قرار ملاقات نگذارید، تجمع نکنید، مهمان به منزلتان نیاید. فراموش نکنید که شما اگر خودتان مریض هم نباشید، می‌توانید ویروس را پخش کنید.

#### احتکار نکنید

- نیازی به احتکار نیست: به اندازه‌ی کافی مواد خوراکی و دارو برای همه وجود دارد. این اطمینان را به شما می‌دهیم که ذخایر مواد ضروری تمام نمی‌شوند.
- به یکدیگر احترام داشته باشید و به قفسه‌های فروشگاه‌ها هجوم نبرید و آن‌ها را خالی نکنید. به دیگران هم در حد سهم‌شان روا داشته باشید.

#### دستان‌تان را بشوید

- دستان‌تان را مرتب با آب و صابون بشوید. این کار را حتماً بعد از برگشتن به خانه، قبل از آشپزی، و بعد از رفتن به دستشویی انجام دهید.

#### از بیماری که خطر بیشتری تهدیدشان می‌کند حفاظت کنید

- از راه دور مراقب این افراد باشید: به آنها زنگ بزنید، برای‌شان خرید کنید و جلوی درب منزل‌شان بگذارید، به آنها نامه یا نقاشی فرزندان‌تان را ارسال کنید. اما از تماس فیزیکی با آنها خودداری کنید.

### از رهنمودهای ما پیروی کنید

رهنمودها به طور مستمر از طرف دولت تغییر می‌کنند، و ما هم ناچاریم رهنمودهای جدید را تطبیق کنیم. در وبسایت ما ([www.turnhout.be](http://www.turnhout.be)) همیشه معلومات به‌روز در اختیار شما قرار دارد. شما همچنین می‌توانید در صفحه‌ی فیسبوک‌مان با عنوان **Stad Turnhout** به ما بپیوندید.

#### چنانچه به کامپیوتر یا اینترنت دسترسی ندارید

شما هر روز کاری بین ساعت 8 و 18 از طریق نمبر **014409666** می‌توانید با ما تماس بگیرید.

### آدم‌های توانمند مراقب همدیگر هستند

راهکارهای سختگیرانه‌ی فعلی باعث شده که افراد بیشتر و بیشتر احساس تنهایی، بی‌کسی و غمگینی کنند. و حالا در این شرایط ممنوع شده که به دیدار یکدیگر برویم و یکدیگر را در آغوش بگیریم. اما یک کلام محبت‌آمیز و کمی توجه می‌تواند باعث کمک و دلداری به دیگران شود. از طریق شبکه‌های مجازی با یکدیگر در تماس باشید، ترجیحاً به افرادی پیام ارسال کنید که در شرایط سختی هستند، از کنار پنجره‌ی خانه‌ی پدر و مادر بزرگتان رد شوید و دستی تکان دهید، از این قبیل کارها انجام دهید. این نامه را شما به زبان هالندی دریافت می‌کنید. ترجمه‌ی این نامه به زبان فرانسه‌ای، انگلیسی و زبان‌های گوناگون دیگر در وبسایت ما قابل دسترسی است: [www.turnhout.be/brief](http://www.turnhout.be/brief) ممکن است کسانی را در محل سکونت‌تان بشناسید که به زبان هالندی خیلی تسلط ندارند و یا دسترسی به اینترنت ندارند. علاوه بر این، ممکن است این افراد به زبان هالندی، انگلیسی یا فرانسه‌ای هم به اندازه‌ی کافی تسلط نداشته باشند تا بتوانند در وبسایت ترجمه‌ی این نامه را به زبان دیگری پیدا کنند. در این

صورت، خیلی ممنون می‌شویم اگر ترجمه‌ی این نامه را به زبان‌های دیگر برای‌شان روی کاغذ چاپ کنید و در صندوق پست آنها بیندازید. برای همگان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است که پیام ما به گوش همه برسد و همه آن را متوجه شوند.

چنانچه در شرایط اضطراری قرار دارید و یا نیاز به کمک دارید، اما کسی را ندارید که از او کمک بخواهید، در این صورت به «دفتر پذیرش بهزیستی» (Welzijnsbureau) به نمبر **014471100** و یا نمبر رایگان CAW زنگ بزنید: **080013500**. در وقت تماس اول از شما کدپستی را می‌خواهند که کدپستی شهر ما 2300 است.

ما هیچ تردیدی نداریم که میزان همبستگی در Turnhout بالاست و اطمینان داریم که ساکنان این شهر راه‌هایی را برای حمایت و حفاظت از یکدیگر پیدا خواهند کرد. ما از یکدیگر مراقبت می‌کنیم. همچنین مسوولان شهر به فکر شما هستند و هر گونه راهکاری که برای پاسداری از امنیت و سلامتی شما نیاز باشد را اتخاذ خواهند کرد. ما از شما مراقبت می‌کنیم.

در این دوران سخت برای شما آرزوی صبر و شکیبایی داریم و از همه‌ی آنانی که به دیگران کمک و آرامش خود را حفظ می‌کنند سپاسگزاریم. امید است که به زودی زود، وقتی که اوضاع بهتر شد، یکدیگر را دوباره ببینیم و دوباره بتوانیم از شهر بسیار دوست‌داشتنی خود لذت ببریم.

از طرف شهردار و شورای شهر و تمامی سازمان‌های شهری

پاول ون میرت (Paul Van Miert)  
شهردار

فیلیپ بایس (Filip Buijs)  
مدیر کل

## اطلاعات بیشتر

- برای کسانی که بیمار هستند
- اگر سؤال کلی درباره‌ی ویروس کرونا دارید، آن وقت با نمبر **080014689** تماس بگیرید، و یا به وبسایت **www.info-coronavirus.be** مراجعه کنید.
- چنانچه دچار مشکل در مجرای تنفسی هستید و یا فوراً نیاز به کمک پزشکی دارید
  - **دوشنبه تا پنجشنبه بین ساعت 8 و 22** به داکتر خانگی خود زنگ بزنید.
  - **جمعه از 8 تا 19** به داکتر خانگی خود زنگ بزنید.
  - **روزهای هفته در طول عصر، به جز جمعه** به مطب داکتران نوکری‌وال زنگ بزنید: **014410410** نمبر ملی خود در بلژیک را (rijksregisternummer) در دسترس داشته باشید.
  - **از جمعه عصر ساعت 19 تا دوشنبه صبح ساعت 8** به نمبر **014409609** زنگ بزنید. نمبر ملی خود در بلژیک را (rijksregisternummer) در دسترس داشته باشید.

## چنانچه پرسش دیگری دارید

- اگر درباره‌ی نظام صحتی و نظم عمومی سؤالی دارید، با این نمبر تماس بگیرید: **080014689**
- اگر درباره‌ی اقتصاد سؤالی دارید، با این نمبر تماس بگیرید: **080012033**
- اگر درباره‌ی راهکارهای وضع‌شده در Turnhout سؤالی دارید، با این نمبر تماس بگیرید: **014409666**

برای مطالعه‌ی این نامه به زبان فرانسه‌ای، انگلیسی و زبان‌های مختلف دیگر به وبسایت [www.turnhout.be/brief](http://www.turnhout.be/brief) مراجعه کنید.

You can find a translation of this letter in English, in French and in several other languages at [www.turnhout.be/brief](http://www.turnhout.be/brief).

Vous trouverez une traduction de cette lettre en français, en anglais et dans d'autres langues à l'adresse [www.turnhout.be/brief](http://www.turnhout.be/brief).