

**መቆጻጸሪ ዝርዝር ንኮቪድ 19 ቅድሚያ ኣብ ኤፍኤፍኦ ንጥፈት (FFA-aktivitet) ምስታፍካ**

**እዚ ቅጂዚ፡ ዝኾነ ይኹን ሰብ ኣብዚ ዝጸንሑሉ ጊዜ ወይ ናይ ዕረፍቲ መዓልታት ዘሕልፍ ብኮቪድ 19 (ኮሮና) ተለቢዶ ከሎ ኣብዚ ንኺይሳተፍ ንምቁጽጻር ከገልግል ኢሉ ዝተዓለወ እዩ።**

ኣጋይሽ ኣብዚ ኣብ ዝጸንሑሉ እዋን፡ ሓዲጋ ምልባዕ ሕማም ንምንካይ ንሕና መቆጻጸሪ ዝርዝር ቅጂ ኮቪድ 19 ኣዳሊና ኣሎና። ቅድሚያ ኣብዚ ናይ ማሕበር ቀይሕ መስቀል ናይ ዕረፍቲ ምጽናሕ እዋን ወይ ንጥፋታት ምስታፍካ፡ ንስኻን ስድራ ቤትካን ነዚ ቅጂ ኣንቢብኩም ክትመልእዎን ብትሕትናን ንሓተኩም። **ከሉ** ሕቶታት ክምለሱ ኣለዎ።

*እንተድኣ ንስኻ ወይ ስድራቤትካ ንሓደ ወይ ብዙሓት ካብዞም ዝሰዕቡ ሕቶታት እወ ኢልካ መሊሰካ፡ ምስ ማሕበር ቀይሕ መስቀል ርክብ ክትገብር ብትሕትና ንሓተካ።*

ምልክታት ቃንዛ ጎሮሮ፡ ረስኒ፡ ጉንፋዕ ወይ ቀሊል ሰዓል ኣለካዶ፤	እወ / ኣይፋል
ምስ ሓደ ብኮቪድ 19 ዝተለኸፈ ሰብ ወይ ብዝለዓለ ደረጃ ብእኡ ሓሚሙ ክኸውን ዝኸእል ሰብ ኣብ ሓደ ዝሃ ብሓባር ትነብር ዲኻ፤	እወ / ኣይፋል
ኣብ ውሽጢ እዚ ዝሓለፈ 14 መዓልታት ምስ ሓደ ብኮቪድ 19 ዝተለኸፈ ሰብ ብዘይ ምቁራጽ ንልዕሊ 15 ደቓይቕ ናይ ትሕቲ ክልተ ሜትሮ ቅርበት ገርካ ኔርካ ዲኻ፤	እወ/ ኣይፋል
ብምኽንያት ኮቪድ 19 ኣብ ትሕቲ ውሽጣ ዲኻ ዘለኻ፤	እወ/ ኣይፋል
ኣብ ውሽጢ እዚ ዝሓለፈ 14 መዓልታት ምስ ሓደ ብኮቪድ 19 ከም ዝተለኸፈ ዝተረጋገጸ ሰብ ቀጥታ ኣካላዊ ርክብ ገርካ ኔርካ ዲኻ፤	እወ/ ኣይፋል

**ኣስተውዕል ፡ እንተድኣ ኣብዚ ኣብ ትጸንሑሉ እዋን ወይ ኣብ ንጥፈታት ትካፈለሉ ዘሎ እዋን ምልክታት ቃንዛ ጎሮሮ፡ ረስኒ፡ ጉንፋዕ ወይ ቀሊል ሰዓል ተስሚዑካ፡ ብቅልጡፍ ምስ ሓደ ካብቶም ወለንተኛታት (frivillige) ክትርኽብ ብትሕትና ንሓተካ።**

ብዛዕባ ኮሮና ቫይረስ ዝያዳ ሓበሬታን ዝተጨበጠ ምኽርን ኣብ [fhi.no](http://fhi.no) ከምኡ ውን ኣብ [helsenorge.no](http://helsenorge.no) ትርክብ።

እንተድኣ ብዛዕባ'ቲ ዘለካ ሕቶ መልሲ ክትረክብ ዘይክኢልካ ናብ ሓበሬታ ቴሌፎን፡ መዓልታዊ ኣብ ሞንጎ ሰዓት 08-15.30 ዘሎ እዋን ብቁጽሪ ስልኪ 815 55 015 ክትድውል ትኸእል ኢኻ።

ብዛዕባ ስሚተስቶፕ ኣፕ (Smittestopp appen) ሕቶ እንተሃልዩካ ንሄልሰ ኖርጎ (Helsenorge) ብቁጽሪ ስልኪ 23 32 70 00 ደውል።

እንድሕር ህጹጽ ሕክምናዊ ሓገዝ ደሊኻ ንቀዋሚ ሓኪምካ ደውል። እንተድኣ ቀዋሚ ሓኪምካ ክትረኽቦ ዘይክኢልካ ግና ናብ ክፍሊ ህጹጽ ሕክምና ብቁጽሪ ስልኪ 116117 ደውል። ናይ ሞትን ሂወትን ጉዳይ ምስ ዝኸውን ናብ 113 ደውል።