

نشرة الحجر الصحي

يمكنك الوصول إلينا في قسم الصحة في

: Reinickendorf

هاتف: 00 55 94 030902

أوقات العمل: من الاثنين إلى الأحد ، من 9:00

صباحًا حتى 3:00 مساءً

الإنترنت: [https://www.berlin.de/ba-](https://www.berlin.de/ba-reinickendorf/corona)

[reinickendorf/corona](https://www.berlin.de/ba-reinickendorf/corona)

قسم الصحة وضعك في الحجر الصحي لأنك

تعاني من COVID-19 أو

كان على اتصال وثيق بشخص مصاب بـ COVID-19 أو

يشتبه في إصابتك بـ COVID-19.

من الضروري أن تتبع هذا الترتيب.

لأن هذه هي الطريقة الوحيدة لتجنب إصابة

الآخرين.

الحجر الصحي منصوص عليه في القانون.

سوف تتلقى أمر الحجر الصحي

أيضًا كتابيًا من قسم الصحة الخاص بك.

مراعاة قواعد الحجر الصحي!

لا يسمح لك بمغادرة شقتك.

إذا كنت تعيش مع عدة أشخاص في شقة ،

يجب أن تكون وحيدًا في الغرفة.

كما لا يسمح لهم باستقبال الزوار.

اطلب من صديق أو جار التسوق من أجلك.

أو طلب البقالة من خدمة التوصيل.

إذا لم يكن لديك دعم من أشخاص آخرين ،

اتصل بقسم الصحة.

هل لديك أي علامات مرض؟

إذا كانت لديك أعراض نموذجية لكورونا ،

يمكنك طلب اختبار الكورونا في وزارة الصحة .
أعراض المرض مثل الحمى والسعال وسيلان الأنف .
اتصل بإدارة الصحة في رينكيندورف
بين 9 صباحًا و 3 مساءً على 030902 94 55 00 .
حدد موعدًا للاختبار .

في حالات خاصة اختبار الاكليل
يمكن إجراؤه أيضًا في منزلك .
يمكنك أيضًا زيارة طبيب الأسرة الخاص بك
اتصل واطلب اختبار الاكليل .
أخبرهم أن لديك أعراض نموذجية للمرض .
هل يجوز لك مقاطعة الحجر الصحي؟
لا يوجد سوى استثناءات قليلة
لمقاطعة الحجر الصحي .
الاستثناءات على سبيل المثال
حريق في منزلك ،
حالة طبية طارئة مثل السكتة الدماغية ،
صدمة أو نوبة قلبية
جنازة أفراد الأسرة أو الأصدقاء المقربين ،
الطريق إلى اختبار الكورونا (سيرا على
الأقدام أو بالدراجة أو السيارة)
إذا غادرت شقتك في حالة استثنائية ،
حافظ على المسافة وارتداء قناع .
أخبر الناس أنك مصاب بـ COVID-19
أو أن هناك اشتباه .

إذا كنت تريد الذهاب إلى جنازة أو
أريد أن أقول وداعا لرجل يحتضر ،
يجب أن تسمح وزارة الصحة بذلك مسبقًا .
يمكن أيضًا إجراء استثناءات للأشخاص
الذين يعملون في المستشفى

أو في مرفق مرافق مهم آخر.
وعندما تكون هناك حاجة ماسة للناس هناك.
يجب أن تكون الاستثناءات هي الأفراد أو أرباب
العمل

تقدم مقدا إلى وزارة الصحة.
من يدفع راتبك عندما تضطر إلى الحجر الصحي؟
ستستمر في تلقي راتبك من صاحب العمل.
يمكن لصاحب العمل التقدم للحصول على تعويض
في قسم الشؤون المالية بمجلس الشيوخ.
إذا كنت تعمل لحسابك الخاص ،
عليك التقدم بطلب للحصول على تعويض بنفسك.
يمكن العثور على مزيد من المعلومات على
الإنترنت:

<https://www.berlin.de/sen/finanzen/service/entschaedigung>

فاصل صفحة

ما هي المساعدة الأخرى التي يمكنك الحصول
عليها؟

أنت في الحجر الصحي.

هذه حالة خاصة

والتي يجب عليك مراعاتها أيضًا في حالات
الطوارئ!

الطوارئ: إصابة ، تسمم ، حادث

على سبيل المثال ، إذا تعرضت لإصابة خطيرة ،
ثم اطلب رقم الطوارئ 112.

شارك بما حدث أين و

أنك في الحجر الصحي.

أمراض وأدوية أخرى

إذا كنت مريضًا أثناء الحجر الصحي ،

اتصل بطبيب الأسرة .
قل ما تريد
وأنك في الحجر الصحي.
إذا لم تتمكن من الوصول إلى أي شخص
اتصل على 116117.
الأطفال في الحجر الصحي
إذا كان طفلك بحاجة إلى الحجر الصحي ،
إنه وضع صعب للجميع .
إذا كنت بحاجة إلى مساعدة
اتصل بقسم الصحة .
إذا كان عمر طفلك أقل من 12 عامًا ،
يمكنك البقاء في المنزل .
ترتيب الحجر الصحي لطفلك
يكفي كدليل لصاحب العمل الخاص بك .
ضغط ذهني
الحجر الصحي هو حالة خاصة
حيث يمكن أن تنشأ المخاوف والهموم والشعور
بالوحدة .
أو اضطرابات النوم والاكتئاب .
قم بإجراء مكالمات منتظمة للأصدقاء أو
الأقارب
أو البقاء على اتصال عبر الإنترنت .
استخدم مكالمات الفيديو ، على سبيل المثال .
مارس الرياضة في منزلك
على سبيل المثال الجيمباز أو رياضات القوة .
إذا كنت بحاجة إلى مزيد من المساعدة ،
اتصل بخدمة الأزمات .
عروض أخرى للمساعدة
مساعدة نفسية

خدمة الأزمات في برلين
من الاثنين إلى الأحد من الساعة 4 مساءً حتى
منتصف الليل

هاتف 030/ 390 63-0

خط كورونا الساخن للجمعية المهنية لعلماء
النفس الألمان من الاثنين إلى الجمعة من
الساعة 8 صباحًا حتى الساعة 8 مساءً.

هاتف 0800 777 2244

استشارات هاتفية للكبار
متاح 24 ساعة

رقم الهاتف 0800 111011

الشبكة الفضية ، استشارات هاتفية للمسنين
أو الوحيدين

من الاثنين إلى الأحد من الساعة 8 صباحًا حتى
الساعة 10 مساءً.

هاتف 0800 470 8090

الحماية من العنف للكبار
الخط الساخن الكبير للعنف المنزلي
من الاثنين إلى الأحد من الساعة 8 صباحًا حتى
الساعة 11 مساءً.

هاتف 030/ 611 03 00

لارا - وكالة متخصصة في العنف الجنسي
من الاثنين إلى الأحد من 9 صباحًا حتى 6 مساءً

هاتف 030 216 88 88

سيارة إسعاف الحماية من العنف
من الاثنين إلى الجمعة من الساعة 8:30 صباحًا
حتى 3 مساءً

هاتف 030450570270

للأطفال والعائلات

الخط الساخن لحماية الطفل للحالات المشتبه
فيها لإساءة معاملة الأطفال وإهمالهم
والاعتداء الجنسي عليهم

متاح 24 ساعة

هاتف 030/610066

خط مساعدة الأطفال والشباب ، رقم ضد الحزن
من الاثنين إلى السبت من الساعة 2 مساءً حتى
الساعة 8 مساءً

هاتف 116111

خدمة طوارئ الأطفال في برلين للأطفال والآباء

متاح 24 ساعة

هاتف 030/61 00 61

خدمة طوارئ الشباب في برلين للشباب والآباء

متاح 24 ساعة

هاتف 030/610062