

## **\*\*ارتداء إلزامي للكمامة في إلماو وكافة ولاية تورنغن (22. نيسان/إبريل. 2020)\*\***

- ولاية تورنغن بما فيها إلماو تلزم السكان بارتداء كمامة للأنف والفم في بعض الأماكن العامة: بدءاً من 24. نيسان/إبريل 2020 تدخل إلزامية ارتداء كمامة للأنف والفم في كافة تورنغن لدى استخدام المواصلات العامة (الباصات، القطارات، الترام)، لدى التسوق (سواء في السوبرماركت، في المحلات الأخرى، لدى استلام الطعام أو الشراب) لدى دخول أماكن الخدمات (حلاق، محل صيانة.. إلخ) أو لدى الاحتكاك مع العمال المهنيين (كهربائي، عامل صحية.. إلخ).
- بدءاً من 27 نيسان. إبريل 2020 وفي الدائرة المحيطة بإلماو وأرنشتادت (ilm-kreis) سيتم إلزام السكان بارتداء الكمامات في حالات أخرى أيضاً: سواء في الغرف المغلقة أو في الهواء الطلق، في حال عدم إمكانية الحفاظ على مسافة 1,5 متر من الآخرين، يلزم على كل فرد ارتداء كمامة واقية للأنف والفم.
- تكفي في كل هذه الحالات، الكمامات البسيطة، وليس من الضروري ان تكون طيبة، بل أي شيء يغطي الأنف والفم، حتى تلك المصنعة يدوياً، الوشاح، اللفحة الشتوية، شال، أو أي شيء آخر. فقط يجب أن يكون من قماش متين.
- ما يتم استخدامه مراراً، يجب أن يكون قابلاً للغلي (التسخين، الغسيل بالحرارة العالية).. كي يتم التطهير الضروري.
- تستثنى من هذا الإلزام، النشاطات في الهواء الطلق، كالمشي والرياضة برفقة من يسكن المنزل ذاته. كما يستثنى التواجد في الفضاء المنزلي الخاص، في الحديقة الخاصة. كما يستثنى الأطفال دون سن المدرسة.

### **كيف أرتدي وأنزع الكمامة بشكل صحيح؟**

- يفترض أن تغطي الكمامة الفم والأنف و أن تكون ضيقة عند الخدين كي تتسرب أقل كمية ممكنة من الهواء عبر الأطراف.
- سجب نزع الكمامة واستبدالها عندما تصبح رطبة.
- يرجى غسل الأيدي بالصابون بعناية قبل ارتداء الكمامة. كي لا تدخل الجراثيم المتواجدة بشكل عادي على الأيدي للوجه الداخلي للكمامة وبالتالي لداخل الجسم.
- وأيضاً بعد نزع الكمامة، ينصح بعسل الأيدي جيداً.

### **يرجى الحفاظ على المسافة الدنيا وقواعد النظافة:**

- مسافة لا تقل عن 1,5 متر أو مترين عن الآخرين.
- غسل الأيدي بعناية باستمرار.
- تجنب لمس الوجه
- السعال والعطاس حصراً في المرفق مع الاستدارة

مصادر للاستزادة:

[https://www.ilm-kreis.de/media/custom/2778\\_1034\\_1.PDF?1587470451](https://www.ilm-kreis.de/media/custom/2778_1034_1.PDF?1587470451)

<https://www.ilm-kreis.de/Quicknavigation/Startseite/Aktuelle-Fallzahlen-21-4-2020-Maskenpflicht-in-Bus-L%C3%A4den-und-Dienstr%C3%A4umen.php?object=tx,2778.5&ModID=7&FID=2778.2135.1>

<https://www.mdr.de/thueringen/corona-virus-maske-mundschutz-pflicht-thueringen-100.html>