



## مواردی که هنگام بیرون رفتن از منزل باید مراعات شوند



### (1) ۱- هنگام رفتن به اماکن عمومی یا استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی

افرادی که برای نیازهای روزانه یا محل کار خود بیرون می روند باید ماسک بپوشند. مثلاً هنگام مراجعه به اماکن عمومی مانند سوپر مارکت ها یا حمل و نقل عمومی. لطفاً از تماس نزدیک با دیگران خودداری کنید و بلافاصله پس از بازگشت به خانه دست خود را بشویید

### (2) ۲- هنگام مراجعه به موسسات پزشکی

اطمینان حاصل کنید که پس از نشان دادن علائم مشکوک ، هنگام مراجعه به موسسات پزشکی ، از ماسک استفاده کنید. لطفاً از استفاده از وسایل نقلیه عمومی مانند مترو یا اتوبوس خودداری کنید. و از تجمعات دور بمانید.

تاریخ مسافرت یا محل اقامت خود در منطقه اپیدمی و همچنین اطلاعات تماس خود با دیگران را به طور داوطلبانه به کادر پزشکی اطلاع دهید و در تحقیقات مربوطه با موسسات پزشکی همکاری کنید.

### (3) ۳- هنگام مسافرت

هنگامی که شما در حال مسافرت هستید ، لطفاً ابتدا بدانید که مقصد شما منطقه ای همه گیر است یا خیر. اگر نمی توانید سفر را لغو کنید ، لطفاً ماسک ، ضد عفونی کننده دستی قابل حمل ، دماسنج و ملزومات دیگر را تهیه کنید. در طول سفر از تماس نزدیک با دیگران خودداری کنید ، از ماسک استفاده کرده و به موقع آنها را عوض کنید. لطفاً بلیط حمل و نقل عمومی را نگه دارید تا در صورت نیاز بتوان فهمید که با چه کسانی در ارتباط بوده اید.

### (4) ۴- هنگام بازگشت از شهرهای دیگر

۴- هنگام بازگشت از شهرهای دیگر لطفاً هنگام بازگشت از شهرهای دیگر ، فوراً در کمیته محلات، در صورت وجود، ثبت نام کنید و به مدت ۱۴ روز نظارت پزشکی یا قرنطینه خانگی را انجام دهید. در این مدت شرایط خود مانند دما و علائم را کنترل کنید. در طول مدت ۱۴ روز قرنطینه در یک شرایط کاملاً ایزوله و به در از تماس با دیگران به سر ببرید و از تماس با خانواده خودداری کنید.

