

## Информация о коронавирусе для клиентов центра приема беженцев

### Коронавирус в мире

Согласно сведениям Всемирной Организации Здравоохранения, коронавирус вызвал пандемию. Пандемией является болезнь, распространившаяся по всему миру. Риск заражения увеличился в Европе и в других частях света.

От нового коронавируса не имеется никаких определенных лекарств. От коронавируса также не существует прививок. Однако в Финляндии имеются хорошие возможности лечить заболевших.

### Карантин и восприимчивость

Просителям убежища, прибывшим из-за границы, в течение двух недель в центре приёма беженцев организуются условия, соответствующие карантину.

В условиях, соответствующих карантину, Вы должны оставаться в комнате/квартире или ином помещении, выделенном центром приёма беженцев.

- Нельзя пользоваться местами общего пользования в центре приёма беженцев.
- Вы должны избегать близких контактов с другими людьми. Если Вы проживаете со своей семьей, избегайте близких контактов с посторонними людьми.
- Можете выходить на улицу, но при этом не должны близко подходить к другим людям. Однако, Вам нельзя ходить, например, в кружки и секции, в магазин или ездить в общественном транспорте, поскольку в этих местах трудно избегать близких контактов.
- Работники центра заботятся об основных нуждах (например, питание и гигиенические принадлежности).

Если по приезду в страну Вы непосредственно переедете в частную квартиру или в квартиру вне центра, Вы всё равно должны находиться в квартире в подобных карантину условиях. Тогда Вы сами должны заботиться, например, о питании и приобретении принадлежностей с помощью близких людей.

Если Вы подвергались воздействию коронавируса, то также должны находиться в карантине в течение двух недель. Вы подвергались воздействию коронавируса, если находились в близком контакте с лицом, заболевшим коронавирусом. Если Вам известно о том, что Вы были в контакте с лицом, заболевшим коронавирусом, немедленно сообщите об этом работникам центра приёма беженцев. Если Вы проживаете за пределами центра приёма беженцев, то подавайте сообщения, в первую очередь по телефону.

Работники центра приёма беженцев выдадут информацию и инструкции о возможном карантине.

## **Таким способом Вы воспрепятствуете распространению вируса**

Заражение коронавирусом происходит при прикосновениях, чихании и кашле. Каждый может принять меры, которые препятствуют распространению коронавируса.

Хорошая гигиена является наилучшим способом предотвратить распространение коронавируса и всех других вирусов:

- Тщательно и часто мойте руки водой и с мылом. Мойте руки в течение не менее 20 секунд. Тщательно вытирайте руки.
- Если Вы не можете вымыть руки, то используйте дезинфицирующее средство для рук.
- Когда Вы кашляете или чихаете, прикрывайте рот. Используйте для этого, например, носовой платок или верхнюю часть рукава. Не кашляйте и не чихайте в ладонь. Носовой платок всегда выбрасывайте в мусор.
- Не прикасайтесь к глазам, носу или ко рту, если Вы только что не помыли руки.

- Регулярно вытирайте дисплей телефона.
- Содержите в чистоте свою комнату.
- Не загрязняйте места общего пользования в центре

Соблюдайте дистанцию по отношению к другим лицам:

- Как можно больше сидите дома, если Вы проживаете в частной квартире.
- Как можно меньше используйте места общего пользования в центре приёма беженцев, если Вы проживаете в центре.
- Не здоровайтесь за руку и не обнимайтесь. Придумайте другие способы здороваться.
- Держитесь на расстоянии не менее одного метра от других людей в центре и за пределами центра. Держитесь подальше от людей, которые кашляют или чихают.
- Избегайте общественных мест, толпы и скоплений людей.
- Вы можете гулять на воздухе, держась на достаточном расстоянии от других людей.
- Не ходите в гости к другим, общайтесь по телефону. Особенно избегайте посещения пожилых лиц ( а также лиц, страдающих хроническими заболеваниями).
- Лица старше 70 лет должны оставаться в условиях, соответствующих карантину. Они должны всеми мерами воздерживаться от контактов с другими лицами.

Обращайтесь в центр приёма беженцев только тогда, когда в этом действительно есть необходимость:

- Попросите назначить приём к работнику только в том случае, когда действительно есть в этом необходимость.
- Если Вы проживаете на частной квартире, то посещайте по делам центр приёма беженцев только в том случае, если это является действительно необходимым. При необходимости связывайтесь с центром в первую очередь по телефону.

Не посещайте места за пределами центра приёма беженцев в состоянии болезни и при наличии симптомов:

- Если Вам известно, например, о предстоящем устном судебном разбирательстве в Административном суде и Вы имеете симптомы, то свяжитесь с Вашим юридическим представителем для отмены судебного заседания.
- Если Вам известно о предстоящей встрече, например, в органах власти или других органах за пределами центра, но Вы не уверены в том, что это стоит делать по причине Вашего плохого самочувствия, свяжитесь с работниками центра. Если Вы при этом проживаете за пределами центра приёма беженцев, то свяжитесь в первую очередь по телефону.

## Влияние на работу центра приёма беженцев

- Центры приема беженцев временно прекращают заниматься деятельностью, которая не является жизненно необходимой. Центры заботятся о повседневном быте и жизненно необходимой деятельности.
- В центрах уменьшается проведение различных мероприятий, например, информационных, учебных и кружков.
- Персонал приемного центра стремится организовывать приёмы удалённо, чтобы защитить Вас и себя от возможного заражения.
- Посещения центров посторонними лицами запрещены на неопределенный период.
- Центры приёма беженцев занимаются только самыми необходимыми переводами клиентов из центра в центр.

## Симптомы коронавируса

Коронавирус вызывает внезапную инфекцию дыхательных путей. **Симптомами коронавируса являются:**

- Симптомы дыхательных путей - такие, как кашель и затрудненное дыхание
- высокая температура
- мышечные боли
- чувство усталости

Обычно симптомы бывают умеренными, но у некоторых возникают тяжелые симптомы. Обычно коронавирус бывает более опасным, с более тяжелыми симптомами у лиц, входящих в группу риска. В группу риска входят лица старше 70 лет и лица, страдающие хроническими заболеваниями. Хроническими заболеваниями являются, например, диабет, гипертония и прочие сердечно-сосудистые заболевания.

Немедленно сообщите работникам центра приёма беженцев, если Вы заболели и у Вас появятся симптомы. Если Вы проживаете за пределами центра приёма беженцев, то подавайте сообщения, в первую очередь по телефону.

## **Заболевание**

Если симптомы заболевания являются умеренными, и Вы не входите в группу риска, то необязательно требуется обязательное установление диагноза врачом.

Если Ваши симптомы являются умеренными, то переболейте в своей квартире, комнате или другом помещении, выделенном работниками центра. Умеренными симптомами являются насморк, кашель, боли в горле, мышечные боли или высокая температура. Особенно важно держаться отдельно от других лиц и, например, подальше от мест общего пользования в центре.

В случае заболевания важно находиться в постели и употреблять достаточно жидкости. Для облегчения симптомов можете купить в аптеке лекарства, продаваемые без рецепта (например, парацетамол). Инфекции дыхательных путей чаще всего излечиваются примерно за неделю. Соблюдайте полученные инструкции по лечению.

В случае болезни не ходите на работу.

Сообщите работникам центра приёма беженцев:

- если симптомы длятся долго
- если симптомы и самочувствие ухудшатся
- у Вас имеется затрудненное дыхание

Если Вы проживаете за пределами центра приёма беженцев, то сообщите об этом работникам в первую очередь по телефону. Если Вы проживаете за пределами центра, то в случае внезапного ухудшения симптомов и самочувствия Вы можете позвонить в экстренную службу по номеру 112.

Под изоляцией подразумевается изолирование больного человека с инфекционным заболеванием от здоровых людей. Врач может определить Вас в изолятор, в таком случае Вы не можете выходить без разрешения из квартиры, жилой комнаты или другого помещения, выделенного Вам работниками. Изоляция может быть осуществлена также в больнице. Изоляция проводится для того, чтобы избежать возможного дальнейшего распространения инфекции.

В случае изоляции в жилой комнате или другом помещении, выделенном работниками центра, работники центра доставляют Вам еду или продукты питания. Если Вы проживаете в частной квартире, то Вы сами должны будете заботиться о питании и приобретении принадлежностей с помощью близких людей. Помните, что Вам нельзя выходить из изоляции или общаться с другими людьми.

## Наши пожелания к Вам

От всех жильцов центра приёма беженцев мы ожидаем сотрудничества, терпения и спокойствия. Соблюдайте данные работниками инструкции для обеспечения своей безопасности и безопасности других лиц.

## Где получить информацию

- При необходимости Вы можете получить информацию у работников центра приёма беженцев.
- Yle.fi информирует о коронавирусе на многих языках.
- THL.fi сообщает о ситуации в Финляндии и предлагает прочитать инструкцию, например, о кашле и гигиене рук на разных языках.