

Samen tegen corona

NL
AR

NEDERLANDS

Om het corona-virus te stoppen heeft de regering regels gemaakt. Die regels blijven bestaan tot de regering ze stopzet.

Om ervoor te zorgen dat zo weinig mogelijk mensen ziek worden, moet iedereen deze regels volgen. De politie kan controleren of je de regels volgt.

Je blijft zo veel mogelijk **thuis**.

Je mag alleen naar buiten **als het echt nodig is**. Dat wil zeggen, om

- Eten te halen
- Medisch verzorgd te worden. Bel altijd eerst je huisdokter als je je ziek voelt. Ga er niet naartoe.
- Naar de apotheek te gaan
- Naar het postkantoor te gaan
- Naar de bank te gaan
- Om te tanken
- Om kwetsbare personen te helpen of om mantelzorg te bieden.

Je mag naar het werk gaan, als je werkgever ervoor zorgt dat er genoeg ruimte is tussen de collega's. Maar als het kan, wordt er van **thuis gewerkt**.

Alle winkels gaan dicht. **Deze winkels blijven wel open:**

- Voedingswinkels
- Dierenwinkels
- Krantenwinkels.
- Supermarkten. *In de supermarkt heb je 30 minuten tijd (een half uur dus) om je boodschappen te doen. Het is zeker niet nodig om nu extra veel te kopen. Er is genoeg voor iedereen. Doe je boodschappen alleen.*
- De nachtwinkel is open tot 22 uur.
- Er zijn geen markten meer.

In jouw buurt mag je naar buiten gaan om te wandelen, fietsen, sporten ... Het is belangrijk om te blijven **bewegen**. Je kan op je eentje buiten komen of met de mensen met wie je samenwoont, of met 1 extra andere persoon. Je moet altijd **minstens 1.5 meter** afstand houden. Laat je kind buiten niet spelen met andere kinderen (tenzij met broer of zus).

Je mag **niet in groep** naar buiten.

Je kan **niet op reis** vertrekken. Of ver met de auto, trein, bus of fiets rijden.

De regels voor de crèches en de scholen blijven dezelfde. De crèches en scholen voor de kinderen sluiten niet volledig. Maar essentiële dienstverleners krijgen eerst plaats voor hun kinderen. Bijvoorbeeld: personeel van het ziekenhuis, ...

Hou je kinderen dus zoveel mogelijk thuis.

Als je een probleem hebt, of je voelt je eenzaam, dan kan je **telefoneren/skypen/whatsappen/...** met vrienden of familie.

AL-ARABIYYAH

إتخذت الحكومة قوانين جديدة للحد من إنتشار فيروس كورونا. يتم العمل بهذه القوانين إلى أن يتم إيقافها من طرف الحكومة.

من أجل الوصول إلى أقل عدد ممكن من الإصابات, يجب على كل واحد إتباع هذه القوانين.

تلزم بيتك قدر المستطاع.

يسمح لك بالذهاب للخارج فقط إذا كان الأمر ضروريا. هذا يعني, من أجل:

• لشراء الحاجيات الغذائية.

• للحصول على الرعاية الصحية. إتصل دائما وأولا بدكتور العائلة الخاص بك إذا شعرت بمرض. لا تذهب مباشرة إليك.

• الذهاب للصيدلية.

• الذهاب لمركز البريد.

• الذهاب للبنك.

• الذهاب لتزويد السيارة بالوقود.

• أو لمساعدة الأشخاص الضعفاء و تقديم الرعاية التطوعية لهم.

يسمح لك بالذهاب للشغل, إذا وفر رب العمل مساحة كافية بين الزملاء. لكن إذا كان الأمر ممكنا, يتم الإشتغال من داخل المنزل.

كل المحلات التجارية مغلقة, ما عدا هذه المحلات:

• محلات المواد الغذائية.

• محلات مستلزمات الحيوانات الأليفة.

• محلات الجرائد.

• الأسواق الممتازة. تتوفر على 30 دقيقة من الوقت (نصف ساعة إذن) من أجل شراء أغراضك. لست في حاجة لشراء أكثر مما تحتاج. هناك مخزون كافي للجميع. أخرج لشراء الأغراض لوحدهك.

• المحلات الليلية تبقى مفتوحة لغاية الساعة 22 ليلا.

• ليست هناك أي أسواق أسبوعية.

يسمح لك بالذهاب للخارج في محيطك, للتجول, لركوب الدراجة, للرياضة... الإستمرار في التحرك مهم جدا. يمكنك الخروج لوحدهك أو مع الناس الذين تسكن معهم, أو مع شخص إضافي آخر. يجب عليك دائما احترام مسافة 1,5 متر بينك وبين الشخص الآخر. لا تترك أطفالك يلعبون في الخارج مع أطفال آخرين, (إلا مع الأخ أو الأخت)

لا يسمح بالخروج في مجموعة.

لا يسمح لك بالسفر, أو الخروج لمسافات بعيدة بالسيارة, القطار, الحافلة أو الدراجة.

قوانين المدرسة و الحضانات الأولية تبقى نفسها. المدارس و الحضانات الأولية لن تغلق كليا. لكن موظفو القطاعات الضرورية هم من يحصلون على الأولوية للحصول على مكان لأبنائهم. مثلا: موظفو القطاع الصحي, ...

أترك أبناءك إذن المنزل قدر المستطاع.

إذا كان لديك مشكل أو تحس بالوحدة, يمكنك التواصل عن طريق الهاتف/السكايب/الواتساب/... مع عائلتك وأصدقائك.

Deze regels zijn belangrijk voor de gezondheid van iedereen en gelden voor iedereen. Dankjewel om ze op te volgen.

هذه القوانين مهمة من أجل صحة الجميع و تطبق على كل واحد. شكرا لك على إتباعك لها.

Check de laatste updates op
www.antwerpen.be/coronavirus