

## KORONAVİRÜSÜ HAKKINDA ÖNEMLİ BİLGİLER

Koronavirüsü bizim bölgeyede geldi. Bavyera'da ve Landkreis Nürnberger Land bölgesinde virüs çok çabuk dağılmakta. Koronavirus hakkında size aşağıdaki bilgileri vermek istiyoruz.

Çoğu insan için yeni kaynaklı hastalık zararsız seyreder. 50 yaş üzerindekiilerin ve daha önce aşağıdaki rahatsızlıklardan birini yaşamış kişilerin hastalığı ağır geçirme riski daha yüksektir:

- Kalp ve dolaşım sistemi hastalıkları
- Diyabet
- Kronik solunum rahatsızlıkları ve karaciğer ve böbrek hastalıkları
- Kanser
- İlaç kullanma (kortizon vb.) veya bağışıklık sistemini zayıflatan hastalıklar

Bavyera Eyalet Hükümeti 21 Mart 2020 tarihinden itibaren Bavyera genelinde Koronavirüs salgını nedeniyle geçici sokağa çıkma kısıtlaması uygulamaktadır. Polis, sokağa çıkma sınırlamasına riayet edilmesini kontrol etmekle görevlendirilmiştir. Bu kısıtlamaya uymayanlar idari para cezası hatta hapis cezası ile cezalandırılabilirler. Kişilerin evlerini terk etmesine sadece geçerli sebepler varsa izin verilecektir.

**Koronavirüsü yayılmasını yavaşlatmak amacı için genel düzenleme şimdilik 19. Nisan 2020 tarihine kadar geçerlidir:**

- Aynı evde bulunmayan kişileri akrabaları ziyaret etmek yasak
- Toplantı, büyük çaplı özel kutlamalar, eğlence (Dini toplulukların buluşması, Düğün, doğum günü kutlamaları, konserler) yasak
- Toplu buluşma aktiviteleri (dernekler, spor grupları) yasak
- Çocuk parkları: Girmek yasak
- Lokanta işletmeleri, kuaförler ve yapı marketleri kapandı
- Birçok resmi daireleri ve hastane, yaşlılar ve engelliler için bakımevleri ziyaretleri yasak
- Aynı hanede yaşamayan kişiler arasında asgari 1,5 m'lik mesafeye uyulmalıdır

**Bavyera'da nelere izin veriliyor?**

Evinizden sadece aşağıdaki geçerli sebepler dolayında dışarı çıkabilirsiniz:

- İşe gidiyorsanız
- Gündelik ihtiyaçların karşılanması için evden dışarı çıkılması örneğin:
  - ⇒ Gıda maddesi alışverişi
  - ⇒ bankalar ve para çekme otomatları, postaneler, akaryakıt istasyonları
- Tıbbi bakım hizmetlerinden faydalanma örneğin:
  - ⇒ doktor ziyareti, tıbbi tedavi, eczane
  - ⇒ kan bağışları

- Temiz havada hareket etmek, ama sadece **yalnız!!!** veya birlikte oturduğumuz insanlarla birlikte (aile, hayat arkadaşımız, ev arkadaşımız) ve başka şekilde gruplaşmadan => **piknik yasak**
- Hayvanlarımıza bakmak için, örneğin köpekle gezmek
- Aile ve komşuluk yardımı ile yaşlılara, hastalara veya engelli kişilere ihtiyaçlarını gidermede yardım etmek
- Cenaze refakati ve en yakın aile çevresindeki cenaze törenleri

### **Koronavirüsü nasıl yayılır?**

Koronavirüsü hava yoluyla geçtiği tahmin ediliyor. Yayılma damlacık yoluyla gerçekleşir. Hapşırarak ya da öksüren hasta kişi, başkalarının burun, ağız veya göz mukozalarına virüsleri ulaştırabilir. Virüs taşıyan, ama hiç bir hastalık belirtisi göstermeyenlerin, hastalığı farkında bile olmadan yayabiliyorlar.

### **Kendinimizi nasıl koruyabiliriz?**

- Diğer kişilere 1,5-2 metre mesafe bırakınız
- El tokalaşmayın
- El hijyenine dikkat ediniz (ellerinizi su ve sabunla 30 saniye iyice yıkayın)
- Ellerinizi yüzünüzden uzak tutun, ağız ve burun bölgesine, gözlerinize dokunmaktan kaçının
- Öksürük kurallarına uyun (örneğin kağıt mendil veya kol içine öksürmek)
- Yaşlı insanlar risk guruplarıdır. Mümkün olduğunca dışarı çıkmamaları ve ziyaret edilmemeleri tavsiye edilir
- Kendinizi hasta hissediyorsanız, evde kalın, işe gitmeyiniz.

Eğer laboratuvarında Koronavirüsü tanısı konmuş biriyle temasta bulduysanız, hastalık belirtileri olmasa dahi, derhal **sağlık dairesini (Gesundheitsamt Nürnberger Land)** 09123 950 6299 arayın ve durumunuzu haber verin.

Koronavirüsünü taşıyan kişi ve hane mensupları **sağlık dairesinden (Gesundheitsamt Nürnberger Land)** karantina altına alınır. Sağlık dairesi temasta bulunduğunuz kişileri sorar.

Koronavirüsü bulaştıktan sonra ilk hastalık belirtilerinin ortaya çıkması 14 günü bulabilir. Bu süre içerisinde evinizden hiçbir sebeple çıkmamalısınız. Enfeksiyon çoğu insan için hayatı tehdit edici nitelikte değildir. Ancak virüs özellikle riskli guruplarda solunum problemleri ve zatürre ile daha ağır bir hastalığa yol açabilir hatta ölümlere neden olabilmektedir.

Sorularınız için vatandaş hattımıza başvurabilirsiniz.

### **Bürgertelefon des Landkreises Nürnberger Land (Nürnberger Land vatandaş hattı):**



Pazartesi-Perşembe saat 8 ile 15 arası,  
Cuma günleri saat 8 ile 12:30 arası,  
Cumartesi ve Pazar günleri saat 10 ile 12 arası

**Telefon: 09123 950 6299**

**İhtiyacı olanlar için Türkçe konuşan eleman organize edebiliriz.**

Basit önlemlerle siz hem kendinizin hemde diğer insanların bu hastalığa bulaşmasını önleyebilirsiniz.  
Bu bilgi sayfasını lütfen ailenize, çevrenize dağıtınız.

Anlayışınız için teşekkürler. **SAĞLIKLI KALIN.**

Lauf a.d. Pegnitz, 09.04.2020

Landratsamt Nürnberger Land



Alman Sağlık Bakanlığı internet sayfasında Koronavirüsü hakkında sık sorulan sorulara yanıtlar bulunmaktadır ve **güvenilir bilgi** sunmaktadır.

**Koronavirüsü hakkında Türkçe bilgiyi aşağıdaki web sitelerinde bulabilirsiniz:**

<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/informationen-in-anderen-sprachen/mesafe-ve-birlikte-lik.html>

<https://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/coronavirus/coronavirus-covid>

[https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3\\_Downloads/C/Coronavirus/Coronavirus\\_Handzettel\\_barrierefrei\\_tuerkisch\\_barr.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3_Downloads/C/Coronavirus/Coronavirus_Handzettel_barrierefrei_tuerkisch_barr.pdf)

<https://www.br.de/nachrichten/deutschland-welt/korona-viruesue-bavyera-tuerk-dilinde-sundugumuz-yardim,RtOJPSz>

<https://taz.de/Corona-Infos-auf-Tuerkisch/!5668665/>

[https://b-umf.de/src/wp-content/uploads/2020/03/01-2020\\_tuerkisch\\_juh-coronavirus.pdf](https://b-umf.de/src/wp-content/uploads/2020/03/01-2020_tuerkisch_juh-coronavirus.pdf)

Korona Virus hakkında detaylı bilgileri ve bölgemizdeki gündem gelişmeleri burada bilirsiniz: [hier](#)