

مقررات جدید کرونا در تروندهایم که شما باید از آنها پیروی نمایید

روز سه شنبه ۵ ژانویه، هیئت رئیسه شورای شهرداری در تروندهایم آیین نامه جدیدی را در مورد کرونا تصویب نمود. در اینجا می توانید در مورد مقررات محلی تصویب شده، دستور العمل ها در سطح کشور و ارشاد و توصیه های عمومی در جهت محدود کردن عفونت بخوانید.

این اطلاعات بعد از جلسه هیئت رئیسه شورای شهرداری در ۵ ژانویه به روز شده است.

مقررات محلی در تروندهایم

این مقررات محلی شامل تروندهایم می باشند و فعلاً تا ۳۱ ژانویه ۲۰۲۱ اعتبار خواهند داشت.

محدودیت در مراکز خرید

محدود کردن تعداد افراد در فروشگاه ها و مراکز خرید تا مشتریان بتوانند همیشه یک متر فاصله گذاری از یکدیگر را رعایت نمایند. تعداد مشتریان باید بر اساس وسعت فروشگاه محدود گردد تا از این طریق بتوان همیشه فاصله گذاری یک متری را رعایت نمود. در صورت لزوم برای اطمینان یافتن از رعایت این محدودیت، نگرهبانی اعمال می گردد.

دستور العمل استفاده از ماسک

استفاده از ماسک در وسایل نقلیه عمومی و تاکسی اجباری می باشد. استفاده از ماسک همچنین در داخل محوطه ایستگاه نیز الزامی می باشد. نام و شماره تلفن تمام مسافرانی که از تاکسی استفاده می کنند باید ثبت گردد. همچنین از ماسک در آرایشگاه ها، خدمت مراقبتی از پوست، مراکز خال کوبی و سوارخ کاری و غیره اجباری می باشد. این وظیفه شامل هر دوی کارمندان و مشتریان می باشد. مشتری در صورت نیاز در جهت دریافت خدمات می تواند ماسک را در بیاورد.

در فروشگاه ها / مراکز خرید، در رستوران ها، در اماکن مذهبی و دینی، مراکز فرهنگی و ورزشی و مراکز فعالیت های اوقات فراغت نیز استفاده از ماسک اجباری می باشد.

استفاده از ماسک برای کودکان زیر ۱۲ سال و افرادی که به دلیل پزشکی یا دلایل دیگر نمی توانند ماسک بزنند، اجباری نمی باشد.

هنگام تحویل دادن و آوردن کودک از مهد کودک، استفاده از ماسک توصیه می شود. توصیه می شود که بزرگسالان در مورد دلیل استفاده از ماسک با کودکان صحبت کنند و در صورتی که استفاده از ماسک موجب ترس یا ناامنی در کودک گردد می توانید ماسک را در آورید. شهرداری به مهد کودک ها توصیه می کند در صورتی که امکانپذیر باشد امکان تحویل دادن و آوردن کودک از مهد کودک را در فضای بیرونی مهد کودک فراهم نمایند.

دورکاری (کار در منزل)

در شهرداری تروندهایم اکنون موظف می باشید در صورتی که انجام کار در منزل مناسب و عملی باشد در منزل کار کنید. در این آیین نامه آمده است که کارفرمایان باید شرایط کار در منزل را تا جایی که انجام کار در منزل عملی و مناسب باشد، فراهم نمایند. کارفرمایان باید بتوانند اثبات نمایند که کارمندان خویش را از نحوه انجام کار در منزل مطلع کرده اند. ضمناً مقررات و دستور العمل های وضع شده در سطح کشور در رابطه با پیشگیری از عفونت شامل محل کار نیز می باشد. رستوران ها یا اماکن غذاخوری

اماکن غذاخوری و اماکن دارای مجوز نوشیدن مشروبات الکلی در شهرداری تروندهایم در صورتی که دارای داشتن شرایط وضع شده در مقررات کووید ۱۹ (کرونا) باشند، می توانند باز بمانند. کلیه اماکن غذاخوری و اماکن دارای مجوز نوشیدن مواد الکلی باید نام کلیه مشتریان خویش را هنگام آمدن ثبت کنند. شهرداری تروندهایم می تواند آن دسته از این اماکن را که دارای شرایط پیشگیری از عفونت نباشند و از سایر شرایط آمده در این مقررات پیروی نکنند، تعطیل نماید.

علاوه بر این، مسئولین کشور از ۴ ژانویه تا ۱۷ ژانویه ممنوعیت فروش مشروبات الکلی در این اماکن را در سراسر کشور وضع کرده‌اند.

تماس های اجتماعی – فاصله گذاری

در تروندهایم، دستور العملی در مورد محدود کردن کلیه ارتباطات اجتماعی بجز تماس با افراد خانواده / همکار / مدرسه / مهد کودک، وضع شده است. تماس های اجتماعی بجز افراد خانواده و تماس ها در موقعیت های کاری باید در هر هفته به ۱۰ نفر محدود گردد. منظور از ۱۰ تماس اجتماعی، مجموع کلیه تماس ها برای همه اعضای خانواده بجز تماس در مهد کودک، مدرسه و محل کار می باشد.

تمرین - ورزش

هنگام فعالیت های بدنی در سالن های ورزشی، در موسسات فیزیوتراپی و غیره فاصله گذاری دو متری میان افراد وضع شده است. سالن های ورزشی به استثنای ورزش های حرفه ای تا ۱۸/۰۱/۲۰۲۱ تعطیل خواهند بود. فعالیت های فرهنگی و اوقات فراغت به استثنای مدرسه فرهنگ و باشگاه های اوقات فراغت برای کودکان / نوجوانان با نیاز های ویژه تا ۱۸/۰۱/۲۰۲۱ لغو می شوند.

سطح زرد در مدارس ابتدایی و مهد کودک ها

مدارس ابتدایی و مهد کودک ها هنوز در سطح زرد می باشند، اما این بر اساس وضعیت عفونت به صورت مداوم ارزیابی می گردد. از جمله لزوم کاهش دادن ساعات های کاری مهد کودک ارزیابی می گردد. در صورت نیاز به کاهش ساعات کار به دلیل وضعیت کارکنان، قرنطینه و غیره، مهد کودک مربوطه در این خصوص والدین را مطلع خواهد نمود.

دانش آموزان پایه ۱ تا پایه ۷ مدارس ابتدایی و کودکان مهد کودک در صورتی که هیچ اطلاعات دیگری از طریق دفترچه اطلاع رسانی (Meldebok) داده نشده باشد باید طبق معمول به مدرسه و مهد کودک بروند.

مدارس راهنمایی

مدارس راهنمایی در تروندهایم فعلاً از ۴ تا ۱۸ ژانویه بر اساس توصیه دولت در سطح قرمز اداره می شوند.

دروس عملی / هنر و کاردستی، تربیت بدنی، زبان، دروس انتخابی و دروس اختیاری در تناسب با شرایط هر مدرسه ای به میزان های متفاوت تدریس می گردند. وفق دادن با شرایط و اقدامات محلی فراتر از آنچه که در بالا ذکر شد از طریق دفترچه اطلاع رسانی (Meldebok) به اطلاع رسانده می شود. اقدامات اساسی در خصوص پیشگیری از عفونت شامل همه می گردد که برای نمونه در صورت مریضی به مدرسه نیابند، شستن دست ها را به یاد داشته باشند و فاصله گذاری را رعایت نمایند.

مدرسه فرهنگ کلیه آموزش های گروهی جوانان در دوره راهنمایی و دبیرستان را تا ۱۸ ژانویه به تعویق می اندازد. امکانات آموزشی را می توان احتمالاً با آموزش انفرادی (۱ به ۱) جایگزین نمود. آموزش های انفرادی برنامه ریزی شده ادامه خواهند داشت. اقدامات اساسی پیشگیری از عفونت مانند گذشته اعمال می شوند.

دولت در دبیرستان ها سطح قرمز را توصیه نموده و شهرداری تروندهایم هم به این توصیه عمل می کند. استانداری دانش آموزان را در مورد برنامه آموزشی در سطح قرمز مطلع خواهد نمود.

[در اینجا می توانید اطلاعات بیشتری در مورد سطح زرد و قرمز برای مهد کودک ها و مدارس بخوانید.](#)

اطلاعات بیشتر:

[در اینجا می توانید به مقررات محلی و نحوه تصویب آنها دسترسی پیدا کنید](#)
[وبسایت جامع شهرداری در مورد وضعیت کرونا](#)

شهرداری های منطقه تروندهایم نیز توصیه های محلی از جمله در مورد سفر کردن بین شهرداری ها را اعلام نموده اند. می توانید با مراجعه به لینک زیر اطلاعات بیشتری در مورد این توصیه ها بخوانید.
[محدودیت های سفری بین شهرداری ها](#)

دستور العمل ها در سطح کشور نیز اعمال می شوند

علاوه بر مقررات محلی ویژه شهرداری تروندهایم، دولت نیز دستور العمل هایی در سطح کشور وضع نموده که شامل کل کشور می باشند.

یک دستور العمل در سطح کشور وضع شده که بنابر آن حداکثر پنج نفر می توانند در اجتماعات خصوصی در خارج از منزل شخصی برای مثال در رابطه با جشن تولد در محل هایی که برای این منظور اجاره شده اند ملاقات کنند. در صورتی که اعضای یک خانوار بیش از پنج نفر باشند، همه افراد خانوار می توانند در آنجا ملاقات کنند.

همچنین دستور العملی وضع شده است که بنابر آن حداکثر ده نفر می توانند در مناسبات ورزشی داخل سالن، مناسبات فرهنگی، سمینارها، اجتماعات دینی و مذهبی، مراسم و غیره حضور داشته باشند. با وجود این ۲۰۰ نفر می توانند حضور داشته باشند و همه آنها باید در صندلی های نصب شده بنشینند. در مراسم تشییع جنازه هر چند که صندلی ها نصب شده نیز نباشند، حداکثر ۵۰ نفر می توانند حضور داشته باشند.

ممنوعیت فروش و استفاده از مشروبات الکلی در اماکن غذاخوری و مراسم اعمال می شود.

توصیه ها در سطح کشور

دولت علاوه بر وضع کردن دستور العمل ها در سطح کشور، توصیه هایی نیز در مورد چگونگی رفتار ما در جهت محدود کردن شیوع عفونت ارائه داده است.

تماس اجتماعی

از داشتن مهمان در منزل خودداری کنید. به مدت ۱۴ روز از بازدیدهای خصوصی دوری کنید. (یعنی فعلاً تا بعد از ۱۷ ژانویه). ارائه خدمات ضروری در منزل و سرزدن به افرادی که در آخرین مراحل زندگی خویش می باشند از این امر مستثنی می باشند. افرادی که تنها زندگی می کنند می توانند با یک یا دو دوست و یا یک خانواده ثابت رفت و آمد داشته باشند. کودکان مهد کودک ها و مدارس ابتدایی می توانند با هم گروه خویش ملاقات کنند. هیئت رئیسه شورای شهرداری تروندهایم بر اهمیت فاصله گذاری اجتماعی تأکید می کند و به ساکنین شهرداری قویا توصیه می کند که از توصیه های مسئولین کشور در مورد داشتن مهمان در منزل برای ۱۴ روز آینده (تا ۱۷ ژانویه) پیروی نمایند، به استثنای مواردی که در توصیه های کشوری ذکر شده اند.

مسافرت

از سفرهای غیرضروری داخل کشور و خارج از کشور خودداری کنید. اقامت در کلبه (hytte) با افراد همان خانوار هنوز هم در صورتی که در چارچوب توصیه‌های محلی و کشوری و مقررات مربوطه صورت بگیرد ایرادی ندارد.

[اطلاعات بیشتر درباره دستورات و توصیه های دولت که در ۳ ژانویه اعلام شده اند را می توانید در اینجا بخوانید \(به زبان نروژی\).](#)

به زبان انگلیسی: <https://www.regjeringen.no/en/topics/koronavirus-covid-19/id2692388/>

هتل کرونا

اگر از یک کشور دارای سطح قرمز به نروژ بیایید، باید به مدت ۱۰ روز در قرنطینه سفر باشید.

همه افرادی که می توانند اثبات نمایند محل اقامت مناسبی برای قرنطینه دارند می توانند از این مکان به جای هتل قرنطینه استفاده کنند. این از این به بعد اعمال می شود، در حالی که قبلاً کسانی که هدف اقامت آنها غیر از کار یا مأموریت بوده مجبور به استفاده از هتل قرنطینه بودند.

مسافرانی که از خارج از کشور به نروژ می آیند، در صورتی که پس از ورود نتیجه تست کووید ۱۹ (کرونا) آنها دو بار منفی باشد، می توانند حد اقل بعد از هفت روز از قرنطینه خارج شوند. اولین تست باید ظرف سه روز بعد از ورود به کشور انجام شود و تست دوم نباید زودتر از هفت روز پس از ورود صورت بگیرد.

[در اینجا می توانید اطلاعات بیشتری در مورد هتل کرونا کسب کنید](#)