

مرض فيروس كورونا لعام 2019 (COVID-19)
(03/25/2020)

معلومات لك ولعائلتك
معلومات قرار البقاء في المنزل
موارد مجتمعية
معلومات لأولئك المرضى

للمزيد من الأسئلة أو المعلومات، يُرجى الاتصال على الرقم 1-1-3 (2000-974-512)

مرض فيروس كورونا المستجد (COVID-19) هو مرض يصيب الجهاز التنفسي والذي ينتشر من شخص لآخر في أنحاء الولايات المتحدة الأمريكية. وترتفع مخاطر العدوى بمرض فيروس كورونا المستجد (COVID-19) بالنسبة للأشخاص وثيقي الاتصال بشخص ما معروف بأن لديه مرض فيروس كورونا المستجد (COVID-19)، وهم على سبيل المثال العاملين بالرعاية الصحية أو أفراد أسرة هذا الشخص. ويتضمن الأشخاص الآخرون المعرضون لمخاطر أعلى للإصابة بالعدوى هؤلاء الذين يعيشون في أو الذين كانوا مؤخرًا في منطقة بها انتشار لمرض فيروس كورونا المستجد (COVID-19).

ينتشر الفيروس بشكل رئيسي بين الأشخاص وثيقي الاتصال ببعضهم البعض (في حدود 6 أقدام تقريبًا) من خلال الرذاذ التنفسي الناشئ عند سعال أو عطاس شخص مصاب بالعدوى. يمكن أيضًا أن يصاب الشخص بمرض فيروس كورونا المستجد (COVID-19) من خلال لمس سطح أو شيء عليه الفيروس ثم لمس فمه، أو أنفه، أو حتى عينيه، ولكن لا يعتقد بأن هذا هو السبيل الرئيسي لانتشار الفيروس.

استجابة مركز الصحة العامة في مدينة أوستن

إن مركز الصحة العامة في مدينة أوستن يراقب عن كثب الموقف المتطور بسرعة وذلك بالتنسيق مع دائرة الخدمات الصحية بولاية تكساس (DSHS)، ومراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC)، ووكالات الصحة العامة والرعاية الصحية المحلية والإقليمية. وضع مركز الصحة العامة بمدينة أوستن خطة مكونة من خمس مراحل لتنسيق أنشطة الاستجابة لفيروس كورونا المستجد (COVID-19).

- المرحلة الأولى (1): الأشخاص تحت المراقبة
- المرحلة الثانية (2): الأشخاص قيد الفحص (الاختبار قيد التقدم)
- المرحلة الثالثة (3): الحالة المؤكدة (بدون انتشار من شخص لآخر)
- المرحلة الرابعة (4): انتشار محدود من شخص إلى شخص (جهات اتصال قريبة/منزلية)
- المرحلة الخامسة (5): انتشار مستمر من شخص لآخر في المجتمع

يعني الانتشار المجتمعي أن الناس قد أصيبوا بالفيروس في منطقة ما، ويتضمن ذلك بعض الأشخاص الذين لا يمكنهم التأكد من كيفية أو مكان إصابتهم بالعدوى.

قام مركز الصحة العامة بمدينة أوستن أيضًا بتنشيط مركز عمليات الدائرة الخاص بنا للسماح بتحسين تنسيق الاستجابة، وتوفير مراقبة الأعراض للمقيمين العائدين إلى مدينة أوستن/مقاطعة ترافيس من الصين، كما وفر المركز رسائل الوقاية لأخصائيي الرعاية الصحية، والشركات، والمدارس، وعمامة الناس. بالإضافة إلى ذلك، تم تفعيل مركز عمليات الطوارئ في مدينة أوستن - مقاطعة ترافيس (ATCEOC) بشكل جزئي. وفي إطار التفعيل الجزئي، أنشأ مركز عمليات الطوارئ في مدينة أوستن - مقاطعة ترافيس (ATCEOC) فريق تخطيط ونظام معلومات مشترك (JIS) يجتمع بصفة يومية لمناقشة أي تغييرات وتأثيرات لمرض فيروس كورونا المستجد (COVID-19).

تم تشكيل [لجنة استشارية للخبراء](#) تتكون من أكثر من اثني عشر طبيبًا من جميع أنحاء المجتمع. ومن بينهم خبراء في الأمراض المعدية وطب الأطفال وطب الطوارئ والطب الباطني، وكذلك أطباء من التعليم العالي والمدارس العامة. تختص اللجنة بتقديم توصيات وإرشادات بشأن استراتيجيات التخفيف والوقاية للتجمعات الجماهيرية.

معلومات لك ولعائلتك
الأعراض ومعلومات الاختبار

كان المرضى الذين يعانون من فيروس كورونا المستجد (COVID-19) يعانون من أمراض تنفسية متوسطة إلى شديدة مع أعراض السعال، والكحة، وضيق التنفس. إذا كنت تعاني من هذه الأعراض، الرجاء زيارة صفحة الويب "معلومات لأولئك المرضى".

س: كيف يتم إجراء فحوصات فيروس كورونا المستجد COVID-19؟ هل يتم إجراء أي اختبار لأفراد مدينة أوستن/مقاطعة ترافيس؟

ج: أصبح الآن بمقدور مختبر دائرة الخدمات الصحية بولاية تكساس (DSHS) في أوستن الآن إكمال اختبار فيروس كورونا المستجد COVID-19. لدى مركز الصحة العامة بمدينة أوستن (APH) حاليًا شخص أو أكثر قيد الفحص، مما يعني أن الاختبار قيد التقدم. وهذه ليست حالات مؤكدة. يتعين على الأفراد الذين يعانون من أعراض أمراض الجهاز التنفسي السفلي (أي السعال وضيق التنفس) استشارة مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم الذي سيحدد ما إذا كان هناك تشخيص معقول آخر (مثل الأنفلونزا). سوف يتشاور مزود الرعاية الصحية المحلي مع مكتب الصحة العامة في أوستن لجمع العينات لإخضاعها للاختبار من قبل مركز السيطرة على الأمراض أو مختبر دائرة الخدمات الصحية بولاية تكساس (DSHS) إذا كان المريض يستوفي معايير تعريف الحالة.

س: هل يوجد بعض الأشخاص أكثر عُرضة للإصابة بالعدوى الشديدة؟

ج: نعم. على غرار فيروس الإنفلونزا، فإن الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 70 عامًا و/أو لديهم ظروف صحية أساسية مثل أمراض القلب وارتفاع ضغط الدم وأمراض الرئة المزمنة ومرض السكري معرضون لخطر أكبر للإصابة بأمراض خطيرة ومضاعفات فيروس كورونا المستجد COVID-19.

قام مركز الصحة العامة بمدينة أوستن بوضع **إرشادات لكبار السن والأشخاص الذين يعانون من حالات طبية كامنة.**

معلومات المدرسة ورعاية الأطفال

س: هل سيتم إغلاق منشآت رعاية الأطفال أو الحضانات؟

ج: تُعد منشآت رعاية الأطفال التي تُقدم الأعمال الأساسية والموظفين الأساسيين أعمالًا أساسية ولا تتأثر بقرار العمل من المنزل-العمل الآمن. يجب أن تمتثل الأعمال التجارية الأساسية لمتطلبات التباعد الاجتماعي.

حيث يجب أن تتم رعاية الأطفال في مجموعات مستقرة مكونة من 10 أفراد أو أقل (وتعني "مستقرة" بأن الأطفال العشرة أو أقل هم في نفس المجموعة كل يوم). ولا يجوز تبديل الأطفال من مجموعة إلى أخرى. وإذا تم الاعتناء بأكثر من مجموعة من الأطفال في منشأة واحدة، يجب أن تكون كل مجموعة في غرفة منفصلة. فلا يجب أن تختلط المجموعات مع بعضها البعض. ويجب أن يظل مقدمو رعاية الأطفال مع مجموعة واحدة من الأطفال فقط.

س: هل المدارس مغلقة؟

ج: تُعد المؤسسات التعليمية التي تُسهل التعلم عن بُعد أعمالًا أساسية في ظل قرار العمل من المنزل - العمل الآمن. للحصول على معلومات لطفلك، قم بزيارة الموقع الإلكتروني الخاص بمنطقتك أو جامعتك:

الجامعات/الكليات	مناطق مدرسة K-12
	Austin ISD
	Eanes ISD
	Lake Travis ISD
	Lago Vista ISD
	Leander ISD
University of Texas	Del Valle ISD
St. Edwards University	Manor ISD
Huston-Tillotson University	Pflugerville ISD
Concordia University	Elgin ISD
Austin Community College	Coupland ISD
	Round Rock ISD
	Marble Falls ISD
	Johnson City ISD
	Dripping Springs ISD
	Hays Consolidated ISD

مصادر إضافية

مدينة أوستن - "معلومات قرار البقاء في المنزل"
Arabic

معلومات الوقاية

س: ما هي الخطوات الواجب اتخاذها للمساعدة في منع انتشار الأمراض مثل الأنفلونزا وفيروس كورونا المستجد (COVID-19) إذا كنت مريضاً؟
ج: قام مركز الصحة العامة في مدينة أوستن بوضع [إرشادات للمساعدة على منع انتشار المرض من المرضى الآخرين](#).

- ابق في المنزل باستثناء الحصول على الرعاية الطبية
 - اتصل مسبقاً قبل زيارة طبيبك
 - راقب أعراضك
 - اعزل نفسك عن الأشخاص والحيوانات الأخرى في منزلك
 - تجنب مشاركة المتعلقات الشخصية
 - غط سعالك وعطسك
 - نظف يديك كثيرًا
 - قم بتنظيف جميع الأسطح عالية اللمس يوميًا
- يجب أن يبقى المرضى الذين تأكدت إصابتهم من فيروس كورونا المستجد (COVID-19) المؤكد تحت احتياطات العزل المنزلي حتى يتم تقليل خطر انتقال العدوى الثانوية إلى الآخرين.

س: كيف يمكنني حماية نفسي؟

ج: يمكنك حماية نفسك بواسطة:

- تجنب الاتصال الوثيق مع الناس ممن يُعانون من المرض.
- تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك بأيدي غير مغسولة.
- اغسل يديك كثيرًا بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل. استخدم مطهر يدين قائم على الكحول يحتوي على نسبة 60% كحول على الأقل إذا لم يتوفر الماء والصابون.

س: هل يساعد استخدام أقنعة الوجه في المجتمع على منع فيروس كورونا المستجد COVID-19؟

ج: لا يُوصي مركز السيطرة على الأمراض الأشخاص الأصحاء ممن يرتدون قناعًا للوجه بحماية أنفسهم من أمراض الجهاز التنفسي، بما في ذلك فيروس كورونا المستجد COVID-19. فيجب عليك ارتداء قناع فقط إذا ما أوصى أخصائي الرعاية الصحية بذلك. حيث يجب استخدام قناع الوجه من قبل الأشخاص المصابين بفيروس كورونا المستجد COVID-19 وتظهر عليهم الأعراض. وهذا لحماية الآخرين من خطر الإصابة. ويعد استخدام قناع الوجه أمرًا بالغ الأهمية [للعاملين الصحيين](#) وغيرهم من [الأشخاص ممن يعتنون بشخص مصاب بفيروس كورونا المستجد COVID-19 في أماكن قريبة](#) (في المنزل أو في مرفق للرعاية الصحية).

س: ما هو التباعد الاجتماعي؟

ج: تعرف مدينة أوستن التباعد الاجتماعي بأنه المحافظة على ومراقبة مسافة انفصال تبلغ ستة أقدام على الأقل بين الأشخاص بخلاف المرور العارض واللحظي.

وتعرف مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها التباعد الاجتماعي بأنه إستراتيجية تستخدم للمساعدة في منع انتشار وباء الإنفلونزا. حيث ستعتمد الجهود العالمية لمكافحة وباء الإنفلونزا هذا على التدخلات الصيدلانية وغير الصيدلانية. تشمل تدابير مكافحة العدوى المجتمعية على مجموعة متنوعة من الاستراتيجيات غير الصيدلانية المصممة للحد من انتقال وباء الأنفلونزا. حيث تعمل هذه التدابير من خلال تقليل فرصة الأشخاص في الاتصال بالأشخاص المصابين وبالتالي تقليل انتشار الفيروس، مما يقلل من العدد الإجمالي للأشخاص المصابين.

التباعد الاجتماعي ليس عزلاً اجتماعيًا. يعد التباعد المادي جزءًا بالغ الأهمية من عملية منع انتشار مرض فيروس كورونا لعام 2019.

حقائق عن مرض فيروس كورونا لعام 2019

س: ما هو فيروس كورونا المستجد؟

ج: فيروس كورونا المستجد هو فصيلة فيروسية جديدة لكورونا لم يتم تحديدها من قبل. الفيروس المسبب لفيروس كورونا المستجد COVID-19، لا يشبه فيروسات كورونا التي تنتشر عادة بين البشر وتسبب مرضًا خفيفًا، مثل نزلات البرد.

س: هل أنا في خطر للتعرض لفيروس كورونا المستجد COVID-19 في مدينة أوستن؟

ج: لا يزال الخطر العام لفيروس كورونا المستجد COVID-19 في تكساس على عامة الناس في تزايد في الوقت الحالي نتيجة الأدلة المتزايدة على الانتشار الشخصي من شخص إلى آخر في الولايات المتحدة.

تلقت دائرة الصحة العامة في أوستن حالات عديدة لمرض فيروس كورونا لعام 2019 (COVID-19) في مقاطعة ترافيس في أوستن. للاطلاع على آخر المستجدات لعدد الحالات، يرجى زيارة www.AustinTexas.gov/COVID19. للحصول على أحدث المعلومات حول عدد الحالات المؤكدة في تكساس، قم بزيارة دائرة الخدمات الصحية لولاية تكساس (DSHS).

س: كيف ينتشر الفيروس المسبب لفيروس كورونا المستجد COVID-19؟

أ: يُعتقد أن الفيروس ينتشر بشكل رئيسي من شخص إلى شخص آخر. بين الأشخاص وثيقي الاتصال ببعضهم بعضًا (في حدود 6 أقدام تقريبًا). لا يحمل الهواء. من خلال الرذاذ التنفسي الناشئ عند سعال أو عطاس شخص مصاب بالعدوى. يمكن أن يستقر هذا الرذاذ في أفواه أو أنوف الأشخاص القريبين أو يمكن استنشاقه في الرئتين. الانتشار من شخص إلى شخص يعني أن الأشخاص الذين أصيبوا بالفيروس قد اتصلوا على الأرجح مع شخص من معارفهم (مثلًا، الزوج، زميل الغرفة، طفل). مدينة أوستن/مقاطعة ترافيس لديها أدلة على الانتشار من شخص إلى شخص.

س: ما هو الانتشار المجتمعي؟

ج: يعني الانتشار المجتمعي أن الناس قد أصيبوا بالفيروس في منطقة ما، ويتضمن ذلك بعض الأشخاص الذين لا يمكنهم التأكد من كيفية أو مكان إصابتهم بالعدوى.

معلومات قرار العمل من المنزل-العمل الآمن

أصدرت مدينة أوستن ومقاطعة ترافيس قرار للصحة العامة يطلب من الأفراد البقاء في منزلهم، مع استثناءات للأعمال والأنشطة الأساسية. وعند إجراء نشاط مسموح به، يجب على الأشخاص الحفاظ على التباعد الاجتماعي بمسافة قدرها 6 أقدام على الأقل.

ما الذي تحتاج إلى معرفته

إنه من الهام أن تعرف بأن هذا ليس إغلاقًا إلزاميًا. يطلب قرار هيئة الصحة العامة من جميع سكان مقاطعة أوستن/ترافيس تجنب النزوات غير الضرورية والبقاء في المنزل قدر الإمكان لاحتواء انتشار فيروس كورونا المستجد (COVID-19).

ولا يزال الأمر على ما يرام للخروج من منزلك لشراء البقالة أو الذهاب للجري أو تمشية الكلب أو شراء الدواء أو زيارة الطبيب أو الذهاب من وإلى العمل (إذا ما تم تحديده على أنه عمل أساسي).

وثائق إضافية، تتجاوز متطلبات الهوية العادية للتنقل، ليست ضرورية للسفر إلى الأنشطة أو الأعمال الأساسية.

الأنشطة الأساسية

يحظر القرار الأنشطة غير الضرورية مثل أية تجمعات اجتماعية أو مطاعم أو زيارة الحانات أو أماكن الترفيه أو الصالات الرياضية ومراكز اللياقة البدنية. يسمح القرار بالأنشطة الأساسية بما في ذلك الذهاب إلى متجر البقالة أو الصيدلية أو المطاعم للتبكي أو أي أو تلقي الرعاية الطبية أو تنزه حيوانك الأليف.

تتضمن أمثلة الأنشطة الأساسية ما يلي:

الصحة والسلامة: تلقي الرعاية الصحية أو خدمات الطوارئ أو المستلزمات الطبية أو الأدوية

اللوازم والخدمات اللازمة: الحصول على مواد البقالة والأغذية، وأغذية الحيوانات الأليفة، واللوازم اللازمة للبقاء في المنزل

النشاط والتدريب في الهواء الطلق: الانخراط في الأنشطة الخارجية، مثل المشي أو المشي لمسافات طويلة أو ركوب الدراجات أو الجري شريطة أن يحافظ الأفراد على مسافة تباعد اجتماعي بمقدار ستة أقدام على الأقل

العمل والخدمات الأساسية: أداء العمل في الأعمال الأساسية، والتي تشمل كافة الخدمات اللازمة لضمان استمرار تشغيل البنية التحتية الحيوية للحفاظ على صحة وسلامة ورفاهية العامة

رعاية الآخرين: رعاية أحد أفراد الأسرة أو المسنين أو القصر أو المُعالين أو الأشخاص ذوي الإعاقة أو الأشخاص الضعفاء الآخرين في أسرة أخرى

الأعمال الأساسية

بموجب القرار الصادر، يجب على كافة الأعمال التوقف عن أعمالها والبقاء في موضعها باستثناء الأعمال الأساسية. يجب أن تمثل الأعمال التجارية الأساسية لمتطلبات التباعد الاجتماعي. تشمل الأعمال الأساسية:

متاجر البقالة، وأسواق المزارعين، وبنوك الطعام، والمتاجر، والمستشفيات، والصيدليات، والعيادات، والعيادات البيطرية وخدمات الرعاية الصحية الأخرى

قد تستمر الأعمال غير الضرورية في أعمالها إذا تم تنفيذ العمل في مساكنها الخاصة (أي العمل من المنزل).

- منشآت رعاية الأطفال، التي تقدم خدمات تُمكن الموظفين الأساسيين من الاستمرار في أداء واجباتهم الأساسية في العمل
- المؤسسات التعليمية، بغرض تسهيل التعلم عن بُعد
- محطات الوقود ومنشآت إصلاح السيارات
- البنوك والمؤسسات المالية
- البنية التحتية الحيوية بما في ذلك الطاقة والمياه وجمع النفايات الصلبة والخدمات الحكومية الأخرى
- متاجر الأجهزة، والسيارات، والكهربائين، ومقدمي الخدمات الأخرى اللازمة للحفاظ على السلامة، والصرف الصحي، والتشغيل الأساسي للمساكن وغيرها من الأعمال الأساسية
- الأعمال التي توفر ضروريات الحياة للأفراد المحرومين اقتصاديًا ومرافق الإيواء
- الأعمال التي تشحن أو توصل البقالة والأغذية والسلع مباشرة إلى المساكن
- الأدوار المطلوبة للقيام بأعمال أساسية "للمحافظة على العمليات الأساسية"، والتي تشمل الأمن وكشوف المرتبات والأنشطة المماثلة

الأسئلة الشائعة

س: لماذا يوجد قرار البقاء في المنزل؟

ج: يوجد هناك انتقال فيروسي كبير في المجتمع، والذي ينتشر بسهولة بين الناس. ولا يعاني العديد من الأشخاص المصابين به من أعراض أو يعانون من أعراض خفيفة. ولكن يمكنهم نشر الفيروس بسهولة حتى لو لم يشعروا بالمرض. بعض الذين يصابون بالفيروس، وخاصة أولئك الذين تزيد أعمارهم عن 60 عامًا، وأولئك الذين يعانون من ضعف في الجهاز المناعي، والذين يعانون من حالات طبية مختلفة، قد ينتهي بهم الأمر بمضاعفات خطيرة وقد يحتاجون إلى تدخل طبي مثل الأكسجين أو المساعدة في التنفس.

وحيث أن الفيروس ينتشر بسهولة شديدة، وبدون تدخل في مثل هذا الأمر، قد يحتاج الكثير من الناس إلى عناية طبية، مما يضع ضغطًا على نظام الرعاية الصحية. وقد لا يكون لدينا ما يكفي من الأسرة أو المعدات للعناية الكافية لأصحاب الأمراض الخطيرة. فمن الهام أن نبذل كل ما في وسعنا لإبطاء انتشار الفيروس و "تسطيح المنحنى" لتجنب إرهاق نظام الرعاية الصحية لدينا. وإذا نجح الأمر، فهذا يعني أنه ستكون هناك رعاية صحية متاحة لأولئك الذين يصابون بفيروس كورونا المستجد (COVID-19) أو الذين يحتاجون إلى رعاية طبية طارئة للحوادث والنوبات القلبية والسكتات الدماغية وغيرها من الحالات الطبية الخطيرة.

س: متى يبدأ هذا القرار؟ وكم سيطول الأمر؟

ج: يسري القرار في تمام الساعة 11:59 مساء الثلاثاء 24 مارس ويستمر حتى 13 أبريل ما لم يتم تعديله، لاحتواء انتشار فيروس كورونا المستجد (COVID-19) في مدينة أوستن ومقاطعة ترافيس.

س: ما الذي يُمكنني القيام به؟ ما هي المرافق المفتوحة؟

ج: ستظل الأعمال الأساسية مفتوحة. تتضمن بعض الأمثلة:

الرعاية الصحية: المستشفيات والصيدليات والعيادات وغيرها من خدمات الرعاية الصحية، الغذاء: متاجر البقالة وأسواق المزارعين وبنوك الطعام والمتاجر ومطاعم تحضير أو توصيل الطلبات، العيادات البيطرية، مخازن الأجهزة، محطات الوقود، المنتزهات، خدمات المغاسل/غسيل الملابس.

س: هل ينطبق ذلك على الأشخاص ممن يعانون من التشرذم؟

ج: يتم تشجيع الأشخاص ممن يعانون من التشرّد على البحث عن مأوى. حيث ستستمر المدينة في العمل مع الشركاء الحكوميين والمحليين، لتعظيم الموارد المتاحة لهؤلاء الأفراد.

س: هل يمكنني زيارة الأصدقاء والعائلة؟

ج: تُحظر كافة التجمعات العامة والخاصة لأي عدد من الأشخاص الذين يقعون خارج أسرة واحدة أو وحدة سكنية، باستثناء الأنشطة الأساسية والعمل الأساسي أو أفراد الأسرة أو الوحدة السكنية.

وتُعد رعاية أحد أفراد الأسرة أو المسنين أو القُصر أو المُعالين أو الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة أو الأشخاص الضعفاء الآخرين في أسرة أخرى نشاطاً أساسياً ولا تتأثر بالقرار.

س: هل يُسمح لي بالسفر؟

ج: يُسمح بالسفر بما في ذلك السير على الأقدام أو باستخدام الدراجة أو السكوتر أو الدراجة النارية أو السيارة أو النقل العام، فقط لأغراض تنفيذ الأنشطة الأساسية أو الذهاب للعمل في الأعمال الأساسية أو الخدمات الحكومية أو البنية التحتية الحيوية واحتياجات السفر الأساسية. ويشمل السفر الأساسي الانتقال من مؤسسة تعليمية، والسفر الذي تأمر به المحكمة، والسفر للخدمة الدينية البعيدة.

س: ما هي موارد الصحة النفسية المتاحة للأشخاص الذين يعانون من التعسر والضيق؟

ج: احتياجاتك العاطفية مهمة، وإذا كنت قلقاً أو منزعجاً، فالمساعدة متوفرة. قد تشعر بالقلق والقلق، ومشاكل النوم، أو الإفراط في تناول الطعام، أو الحزن والمزاج المكتئب. إذا كنت تعاني من أي من هذه الأعراض، يُرجى التواصل مع:

الخط الساخن لأزمة الرعاية المتكاملة متوفر على مدار 24 ساعة: (لمساعدة HELP) 512-472-4357

خط مساعدة التحالف الوطني للأمراض العقلية: (NAMI) 1-800-950-6264 أو أرسل NAMI إلى 741741

من الاثنين إلى الجمعة من الساعة 10:00 صباحاً إلى 6:00 مساءً بتوقيت ET

شريان الحياة الوطني لمنع الانتحار: 1-800-273-8255

س: ماذا لو لم يكن منزلي بيئة آمنة؟

ج: إذا لم يكن من الآمن أن تبقى في المنزل، فأنت مدعو لإيجاد مكان آمن آخر للإقامة خلال سريان هذا القرار. يُرجى الاتصال بالرقم التالي:

الخط الآمن: 512-267-7233

هوب أليانس: 800-460-7233

الخط الوطني الساخن للعنف المنزلي: 1-877-863-6338

س: ما الذي يجب أن أفعله إذا تأثرت أعمالي التجارية وكنت بحاجة إلى مساعدة سكنية؟

ج: تقدم تقدم إدارة إسكان الأحياء وتنمية المجتمع (NHCD) معلومات وإحالات لمساعدة أفراد المجتمع المتأثرين باحتياجات سكنية عاجلة:

حيث يوفر مجلس مستأجري أوستن المشورة المتعلقة بعملية الإخلاء، وقضايا المستأجر والمالك، والتوسط في النزاعات، وتوفير ورش العمل، وتحديد قضايا الإسكان العادل لحل ممارسات الإسكان التمييزية أو الحد منها.

Austin 2-1-1 هو خط ساخن مجاني للخدمة الاجتماعية متاح على مدار 24 ساعة يوميًا.

Aunt Bertha هو موقع إلكتروني يقوم بتوفير حصول الأفراد المؤهلين على الغذاء، والسكن، والنقل، والمساعدة الصحية/الطبية، والتعليمية والقانونية.

يوفر موقع Eviction Service Resources الإلكتروني معلومات تتعلق بالمساعدة القانونية، أو منح الطوارئ للإيجار أو المرافق، أو السكن البديل، أو قسائم الفنادق الصغيرة قصيرة الأجل، أو التسكين في مأوى محلي.

يوفر موقع Avoiding Mortgage Foreclosure الإلكتروني معلومات حول إعادة تمويل أو تعديل قروض الرهن العقاري، أو تخفيض المدفوعات، أو حلول أخرى لتجنب غلق الرهن.

لدى دائرة إسكان الأحياء وتنمية المجتمع (NHCD) موارد لأصحاب المنازل والموارد للمستأجرين.

يمكن العثور على موارد إضافية في دليل الموارد المجتمعية

س: ما الذي ينبغي أن أفعله إذا تأثرت أعمالك التجارية ماليًا واحتجت إلى مساعدة مالية؟

ج: تقدم إدارة التنمية الاقتصادية في أوستن خدمات للأعمال التجارية التي قد يعاني أصحابها في الأسابيع المقبلة. وتشمل التدريب المجاني على الأعمال التجارية، وموارد التخطيط للطوارئ وبرنامج إقراض الشركات العائلية.

يُطلب من الشركات التي لديها أسئلة حول الطلبات الجديدة الاتصال بـ Austin 3-1-1. ويُنصحون أيضًا أن القرار الذي اعتمدته مدينة أوستن يعلق كافة المواعيد النهائية التي يفرضها قانون مدينة أوستن، أو مرسوم، أو قاعدة، أو أي لائحة أخرى حتى 1 مايو/أيار 2020.

س: كيف سيتم إنفاذ هذا القرار؟

ج: سيتم تنفيذ هذا الأمر من قبل ضباط السلام ومفتشي إدارة القانون لمدينة أوستن ومكتب دائرة الإطفاء بمدينة أوستن. و مخالفات هذه القرارات هي جنة يُعاقب عليها بغرامة لا تتجاوز 1,000 دولار أمريكي أو الحبس في السجن لمدة لا تتجاوز 180 يومًا.

تناول الطعام في المطاعم والبارات والنوادي الليلية، صالات الألعاب الرياضية واستوديوهات اليوجا واللياقة البدنية التجمعات العامة أو الخاصة أو الداخلية أو الخارجية

يُمكن الاطلاع على قرارات هيئة الصحة العامة بالكامل من هنا

معلومات حول الأعمال الأساسية

يجب أن تمثل الأعمال التجارية الأساسية لمتطلبات التباعد الاجتماعي. وهذا يشمل أماكن البيع بالتجزئة مثل متاجر البقالة، ووضع الضوابط التي تتطلب مسافة لا تقل عن ستة أقدام بين المستفيدين في طوابير الانتظار أمام وداخل المتاجر.

قام مركز الصحة العامة في مدينة أوستن أيضاً بإعداد توجيهات لأصحاب الأعمال يمكن أن تساعد في منع التعرض في مكان العمل للأمراض التنفسية، والتي تتضمن مرض فيروس كورونا المستجد (COVID-19).

حيث يجب على الموظفين الأساسيين الامتناع عن الحضور إلى العمل عند الوقوع في أي من المعايير التالية واتباع التوصيات الأولية للحجر الذاتي

- إذا كان لديك علامات أو أعراض لعدوى الجهاز التنفسي، مثل السعال وضيق التنفس أو التهاب الحلق؛
- أن تعاني من حمى بدرجة حرارة أعلى من 99.6 درجة فهرنهايت؛
- أن تكون اتصلت بشخص لديه تشخيص مؤكد للإصابة بفيروس كورونا المستجد (COVID-19) ولم تكن لديه معدات الوقاية الشخصية المناسبة التي حددتها مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC)؛ قيد الفحص لفيروس كورونا المستجد (COVID-19)؛ أو مريض بمرض تنفسي، في الأيام الـ 14 السابقة؛
- قمت بالسفر منطقة تعتبرها منظمة الصحة العالمية أو مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) "نقطة ساخنة".

موارد مجتمعية

الموارد المتوفرة

بينما يتم تنفيذ الأوامر الجديدة المتعلقة بمرض فيروس كورونا لعام 2019 على التجمعات المجتمعية، والمطاعم والحانات، تقوم مدينة أوستن - مقاطعة ترافيس بتسليط الضوء على نطاق الخدمات المقدمة بواسطة القطاع العام وشركاء التنمية المجتمعية والاقتصادية لمساعدة الأشخاص في قطاع الخدمات، والمناسبات، والموسيقى والقطاعات الأخرى المحتمل تأثرهم أكثر بالقيود.

وفي إطار استجابة المدينة لمرض فيروس كورونا لعام 2019، تم إعادة تصميم الموقع الإلكتروني لإستراتيجية المشردين بغرض مشاركة المعلومات الحرجة مباشرة مع الأشخاص الذين يعانون من التشرد. لمزيد من المعلومات يرجى زيارة www.AustinTexas.gov/Homelessness.

قدم مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها [إرشادات مؤقتة لملاجئ المشردين](#) والتي تمثل لها مدينة أوستن - مقاطعة ترافيس.

خدمات المرافق

لقد اتخذت مدينة أوستن خطوات [لضمان الوصول غير المتقطع للعملاء إلى خدمات المرافق](#). تتوفر المساعدة الفورية لجميع عملائنا. كما تقدم شركة أوستن للطاقة، التي تدير رعاية العملاء والفواتير لجميع مرافق مدينة أوستن، برامج متنوعة تساعد العملاء على متابعة فواتير مرافقهم باستمرار:

- خطة السداد المؤجل: ستضمن هذه الخطة حصول العملاء على خدمات مرافق غير متقطعة بينما يتعاونون مع مندوبي المرافق لتطوير خطة طويلة الأجل والتي تلي احتياجاتهم المالية.
- [برامج مساعدة العملاء](#): يمكن للعملاء محدودي الدخل والعملاء المعرضين لمخاطر طبية الحصول على مساعدة لإعانة فورية أو مستمرة لفواتير المرافق للعملاء.

يتم إغلاق كلا من مركزي سداد المرافق في مدينة أوستن اعتبارًا من 18 مارس. [انقر هنا لمعرفة المزيد عن الطرق الأخرى التي يمكن للعملاء من خلالها سداد فاتورة مرافقهم.](#)

يمكن للعملاء السكنيين والتجارين الاتصال بمركز اتصال رعاية العملاء على رقم 512-494-9400 لأية استفسارات. قامت الشركات التالية بالتعليق المؤقت لقطع خدمة الغاز الطبيعي بسبب عدم السداد مراعاة لأزمة فيروس كورونا:

- [Atmos Energy](#)
- [CenterPoint Energy](#)
- [Texas Gas Service](#)

إمكانية الوصول إلى الإنترنت

[تقدم شركة تشارتر خدمة Spectrum](#) للنطاق العريض وإمكانية وصول للشبكة اللاسلكية مجانًا لمدة 60 يومًا إلى الأسر التي بها طلاب في الصفوف الاثني عشر الأولى و/أو الجامعية ممن ليس لديهم اشتراك Spectrum للنطاق العريض بأي مستوى خدمة حتى 100 ميجابت في الثانية. للاشتراك اتصل برقم 1-844-488-8395. سيتم الإعفاء من رسوم التركيب لمنازل الأسر الجديدة.

[تقدم شركة AT&T إمكانية وصول إلى الإنترنت](#) إلى الأسر المؤهلة محدودة الدخل مقابل 10 دولار في الشهر من خلال برنامج الوصول من AT&T. تم تمديد الأهلية للأسر المشاركة في برنامج الغداء المدرسي الوطني وبرنامج Head Start.

مساعدة رعاية الأطفال

يمكن لخدمات رعاية الأطفال (CCS) في إدارة حلول القوى العاملة عبر الرقم 512-597-7191 المساعدة في تقديم بعض المعلومات المتعلقة بالرعاية المدعمة للأطفال وذلك للأسر المؤهلة.

لا إخلاءات

نشر [قضاة مقاطعة ترافيس](#) أمر دائم يفيد بأنه لن تعقد جلسات إخلاء حتى 1 أبريل 2020.

تتوفر [موارد للإخلاء](#) لمساعدة السكان بالمشورة القانونية، أو منح طارئة للإيجار أو المرافق، أو السكن البديل، أو قسائم الفنادق الصغيرة قصيرة الأجل، أو التسكين في مأوى محلي.

حيث يوفر [مجلس مستأجري أوستن](#) المشورة المتعلقة بعملية الإخلاء، وقضايا المستأجر والمالك، والتوسط في النزاعات، وتوفير ورش العمل، وتحديد قضايا الإسكان العادل لحل ممارسات الإسكان التمييزية أو الحد منها.

المساعدة في منع المرض. قم بتغطية السعال والعطس بمرفقك أو بمنديل، وغسل يديك دائمًا بالماء والصابون لمدة 20 ثانية، ولا تلمس وجهك بدون غسل اليدين وابق في المنزل عندما تكون مريضًا.

احتياجات السكن الفورية

تقدم [إدارة إسكان الأحياء وتنمية المجتمع \(NHCD\)](#) معلومات وإحالات لمساعدة أفراد المجتمع المتأثرين باحتياجات سكنية عاجلة ويتضمن ذلك [موارد لمالكي المنازل و موارد للمستأجرين.](#)

يوفر موقع [Avoiding Mortgage Foreclosure](#) الإلكتروني معلومات حول إعادة تمويل أو تعديل قروض الرهن العقاري، أو تخفيض المدفوعات، أو حلول أخرى لتجنب غلق الرهن.

يوفر موقع الويب التابع لـ [مساعدة دفع الإيجار](#) الموارد للمساعدة في دفع الإيجار والمرافق.

توفر المخازن الغذائية المحلية والمناطق التعليمية إمكانية الوصول إلى المواد الغذائية الطارئة في مجتمعنا. إذا كنت بحاجة إلى مساعدة غذائية، فاتصل على رقم 211.

القوى العاملة وموارد الأعمال

تقدم دائرة التنمية الاقتصادية خدمات للشركات التي قد تجد نفسها تعاني في الأسابيع المقبلة. وتشمل [التدريب المجاني على الأعمال التجارية](#)، و**موارد التخطيط للطوارئ** و**برنامج إقراض الشركات العائلية**.

كما تتنازل إدارة التنمية الاقتصادية عن رسوم دورس الأعمال الصغيرة عبر الإنترنت. عادة ما تكلف هذه الفصول 35 دولار أمريكي. يمكن للمقيمين وأصحاب الأعمال [التسجيل](#) لأي من الفئات التالية عبر الإنترنت مجانًا:

- اتجاه الأعمال في BizAid
- كيف تكتب خطة عمل
- أساسيات الموارد البشرية
- أساسيات التسويق
- حفظ الدفاتر التجارية الصغيرة
- إدارة التدفق النقدي الخاص بك
- محاسبة الأعمال الصغيرة
- التسعير الاستراتيجي
- التميز الإشرافي
- BizOpen: ندوة عبر الإنترنت حول متطلبات الملكية التجارية
- ينمو عملك مع قاعدة بيانات البحوث من الألف إلى الياء

[لجنة تكساس للقوى العاملة](#) حيث يمكنك التقدم بطلب للحصول على إعانات بطالة. لديهم أيضًا برنامج تعليمي مفيد لإرشادك خلال العملية.

[حلول منطقة القوى العاملة](#) يمكن أن تساعدك في إيجاد عمل جديد. اتصل بهم على رقم 512-485-3792

خدمات الرعاية الصحية

ينبغي على الأشخاص المصابين بأعراض شبيهة بمرض فيروس كورونا (مثل السعال، والجمى، وضيق النفس) ممن ليس لديهم تأمين صحي أو مقدم رعاية، الاتصال بمركز [CommUnityCare](#) على الرقم 512-978-8775. سيقوم مركز CommUnityCare بفرز الأشخاص عبر الهاتف وتحويلهم إلى المكان الملائم. نحن نتابع بروتوكول الاستجابة السريعة لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC). نطلب من الأشخاص الذين ليس لديهم مقدم رعاية أن يتصلوا بالرقم المذكور أعلاه بدلاً من الحضور شخصيًا حتى يتجنبوا أي انتشار محتمل للفيروس.

خدمات عامة

[Austin 2-1-1](#) هو خط ساخن مجاني للخدمة الاجتماعية متاح على مدار 24 ساعة يوميًا.

وبعد [Austin 3-1-1](#) أحد الموارد المتوفرة للمساعدة في الإجابة عن جميع الأسئلة العامة لمزيد من المساعدة.

يطابق موقع [Aunt Bertha](#) الإلكتروني الأفراد المؤهلين بالطعام والسكن والعبور والصحة/الطب والتعليم والمساعدة القانونية.

معلومات لأولئك المرضى الأعراض

كان المرضى الذين يعانون من فيروس كورونا المستجد (COVID-19) يعانون من أمراض تنفسية متوسطة إلى شديدة مع أعراض

- الحمى
- السعال
- صعوبة في التنفس

خدمات الرعاية الصحية عن بُعد

يُشجع مقدمو الرعاية الصحية جميع المرضى ممن يعانون من أعراض تشبه أعراض الأنفلونزا على استخدام تطبيقات الجوال أولاً أو زيارة المواقع الإلكترونية التي تم إعدادها للردود حول فيروس كورونا المستجد (COVID-19). من أجل سلامتك وراحتك، تتوفر موارد الخدمات الصحية عن بعد. فقبل تحديد موعد مع مُقدم الرعاية الصحية الخاص بك أو الذهاب إلى عيادة أو مركز رعاية عاجلة أو مستشفى، يُوصى باستخدام إحدى هذه الخدمات أو الخدمات المماثلة في القائمة التالية.

• [Baylor Scott & White](#)

- قم بزيارة موقعهم الإلكتروني أو تثبيت التطبيق على جهازك المحمول، ببساطة أرسل رسالة نصية بكلمة "BETTER" إلى الرقم 88408 لإرساله إلى هاتفك. ولا يتطلب تحديد موعد مُسبق.

• [Ascension](#)

- قم بزيارة موقعهم الإلكتروني لتحميل التطبيق. استخدم الكود "HOME" مقابل 20 دولار أمريكي لكل زيارة، ولا يلزم تحديد موعد مُسبق.

• [MDLive](#)

- قم بزيارة موقعهم الإلكتروني لإنشاء حساب مجاني.

• [TelaDoc](#)

- قم بزيارة موقعهم الإلكتروني لإنشاء حساب أو تحميل تطبيقهم. تعتمد تكلفة زيارة تيلادوك (Teladoc) على حُطتك الصحية، حيث تتكلف الرعاية اليومية أقل من 49 دولار أمريكي.

• [HeyDoc](#)

- قم بزيارة موقعهم الإلكتروني لتحميل التطبيق. تُكلف الزيارة الواحدة لهيدوك (HeyDoc) المريض ما بين 10 إلى 50 دولار أمريكي.

• [Televero Health](#)

- قم بزيارة موقع الويب الخاص بهم لتحديد موعد لاستشارة مع طبيب العناية المركزة أو أخصائي الصحة السلوكية.

• **فحص الكشف (Drive-Thru)**

- نحن لا نقوم بطلب إجراء فحص الكشف في هذه المرحلة. في الوقت الحالي، يجب أن يتم فحصك وتوجيهك إلى هناك قبل التوصية بإجراء هذا النوع من الاختبارات.

الوصول إلى المواد الأساسية

أثناء وجودك في العزل، قد تحتاج إلى الوصول إلى العناصر الأساسية مثل البقالة والأدوية. جمع مركز الصحة العامة في أوستن قائمة بالموارد اللازمة للمساعدة.

مواد غذائية/شخصية

• [HEB Curbside](#)

- الرسوم: مجاناً لأول مرة. الخدمة مجانية أو 4.95 دولار أمريكي

• [Walmart Pick-Up](#)

• [Favor](#)

- الرسوم: 7.95 دولار أمريكي للتوصيل بالإضافة إلى 4.95 دولار أمريكي للمتسوق الشخصي

• [Instacart](#)

- الرسوم: توصيل مجاني لطلبك الأول، 3.99 دولار أمريكي إذا كان الطلب يزيد عن 35.00 دولار أمريكي، و 7.99 دولار أمريكي إذا كان الطلب أقل من 35.00 دولار أمريكي (كما أنهم يفرضون رسوماً تبلغ نسبتها 3% على سعر كل منتج، و 5% رسوم خدمة و 5% للحصول على توجيهات للسائق)

إذا كنت لا تقود سيارة أو لديك صديق أو عائلة أو جار يمكنه استلام العناصر وتسليمها إلى منزلك أو إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في شراء المواد الغذائية، فيرجى الاتصال على رقم 512-972-6240.

- [Walgreens](#)

- رسوم التوصيل: مجاناً إذا كان الطلب يزيد عن 35 دولار أمريكي

- [CVS](#)

- رسوم التوصيل: العديد من المواقع تتنازل عن الرسوم بسبب فيروس كورونا المستجد (COVID-19)

- [HEB](#)

- [Walmart](#)

- الرسوم: توصيل عادي مجاني (من 5 إلى 7 أيام عمل)، توصيل مقابل 8 دولار أمريكي في اليوم الثاني، 15 دولار أمريكي خلال نفس الليلة

إذا لم يكن متوفر لدى الصيدلية الخاصة بك خاصية التوصيل، تحقق مما إذا كان لديهم موقع من خلال محرك الأقراص. يمكنك الاتصال بالصيدلية ومعرفة ما إذا كان بإمكانهم توصيل عبوات إعادة التعبئة الخاصة بك إلى موقع آخر لتوصيل متطلباتك لمرة واحدة.

الماليات

قد تتعاون بعض البنوك معك من أجل تأخير المدفوعات المستحقة عليك. يرجى الاتصال بالبنك الخاص بك لتوجيه الأسئلة. إذا كنت ترغب في الحصول على مساعدة بشأن الموارد الأخرى، فيرجى طلب إحالة مراقب الصحة العامة.

الدعم العاطفي

احتياجاتك العاطفية مهمة، وإذا كنت قلقاً أو منزعجاً، فالمساعدة متوفرة. قد تشعر بالقلق والقلق، ومشاكل النوم، أو الإفراط في تناول الطعام، أو الحزن والمزاج المكتئب. إذا كنت تعاني من أي من هذه الأعراض، يُرجى التواصل مع:

- الخط الساخن لأزمة الرعاية المتكاملة متوفر على مدار 24 ساعة: (المساعدة HELP) 512-472-4357
- خط مساعدة التحالف الوطني للأمراض العقلية: (NAMI) 1-800-950-6264 أو أرسل NAMI إلى 741741
 - من الاثنين إلى الجمعة من الساعة 10:00 صباحاً إلى 6:00 مساءً بتوقيت ET
- [شريان الحياة الوطني لمنع الانتحار](#): 1-800-273-8525

إذا كانت لديك مخاوف أو أسئلة إضافية وتريد متابعة من مدير الحالة، يرجى إبلاغ مراقب الصحة العامة الخاص بك.