

(Information For Your Stay) معلومات حول إقامتك

موقع العزل الذاتي المزود بالخدمات (Assisted Self-Isolation Site)

تعمل السلطات الصحية الحكومية في مختلف أنحاء البلاد بجد بهدف إبطاء انتشار مرض COVID-19. ينبغي على جميع الأشخاص المُصابين بمرض COVID-19 بالإضافة إلى المخالطين المُقربين لهم عزل أنفسهم ذاتياً في المنزل أو في أحد مواقع العزل المحددة طوال مدة عزلهم (انظر المُلحق "أ": "تعليمات حول فترات العزل الإلزامية").

شكراً لك على استعدادك للإقامة في فندق العزل هذا للمساعدة في حماية أفراد عائلتك وبقية أفراد المجتمع.

معلومات عامة حول COVID-19 (General COVID-19 Information)

يُرجى زيارة موقعنا الإلكتروني ahs.ca/covid للاطلاع على آخر التوصيات والمعلومات.

ما هي أعراض COVID-19؟

(What are the symptoms of COVID-19?)

- بلّغ الأشخاص المصابون بعدوى COVID-19 عن إصابتهم بمرض تنفسي تتراوح شدته من خفيف إلى شديد وتصحبه أعراض مثل السعال والحمى والتعب والتهاب الحلق ورشح الأنف وصعوبة في التنفس وضيق النفس، واحدة منها أو أكثر.
- بالرغم من إمكانية تسبب COVID-19 باعتلال شديد الخطورة إلا أن العديد من الناس لا يصابون إلا بأعراض خفيفة.
- قد تكون لعدوى COVID-19 آثار خطيرة جداً بالنسبة لكبار السن والأشخاص الذين يعانون من حالات صحية مثل السكري أو مشاكل القلب أو مشاكل في التنفس.

كيف ينتشر COVID-19 من شخص إلى آخر؟

(How is COVID-19 spread from person-to-person?)

- ينتشر COVID-19 في الغالب من خلال السعال أو العطس أو الاختلاط المباشر بشخص مريض أو ملامسة أسطح كان الشخص المريض قد لمسها مؤخراً.
- كما يمكن لـ COVID-19 أن ينتشر من خلال لمس الشخص لسطح ما سقطت عليه قطرات الرذاذ (مثل تلك الناجمة عن السعال أو العطس). في حال وضع هذا الشخص يديه بالقرب من فمه أو أنفه أو عينيه فقد يصاب بالمرض.
- الأشخاص الذين يسكنون برفقة أشخاص مصابين بـ COVID-19 معرضون لخطر الإصابة بالفيروس أكثر من غيرهم، وخاصة إن كانت المنازل مكتظة. من خلال إقامتك في فندق العزل هذا، أنت تساعد على حماية أفراد عائلتك والمجتمع أجمع.

معلومات حول إقامتك في فندق العزل الذاتي المزود بالخدمات

(About Your Stay at the Assisted Self-Isolation Hotel)

أنت هنا لأحد الأسباب العديدة التالية:

- تم تأكيد إصابتك بـ COVID-19 وكانت نتيجة فحصك إيجابية
- أنت تعاني من الأعراض النموذجية لعدوى COVID-19
- إصابة أحد الموجودين في منزلك بـ COVID-19 ورغبنا في عزلك للحفاظ على سلامتك.

أنت هنا بشكل طوعي لمساعدتك على عزل نفسك عن أفراد عائلتك. لن يجبرك أحد على البقاء في هذا الموقع في حال شعرت بأنه يتوجب عليك العودة إلى منزلك.

موقع العزل الذاتي المزود بالخدمات (Assisted Self-Isolation Site)

في حال إصابتك بمرض COVID-19 أو بأعراضه النموذجية، ستبقى هنا إلى حين زوال أعراضك أو بعد مرور فترة لا تقل عن 10 أيام منذ بدء ظهور أعراضك (أي الفترتين أطول).

في حال تواجدك في الموقع لحماية نفسك من أفراد مصابين بـ COVID-19 في منزلك، ستبقى في الموقع إلى أن يصبح منزلك آمناً.

خلال فترة تواجدك هنا، ينبغي عليك البقاء في الغرفة المخصصة لك لحماية صحتك وصحة النزلاء الآخرين. ينبغي عليك الحد من التواصل وجهاً لوجه مع الآخرين. ستحظى بالمراقبة الطبية المستمرة وبأشكال أخرى من الدعم عبر الهاتف.

نحن نتفهم مدى صعوبة عزلك عن أصدقائك وعائلتك. سنقوم ببذل قصارى جهدنا لجعل إقامتك ممتعة ومريحة.

السرية

(Confidentiality)

لضمان خصوصيتك ولاحترام خصوصية المقيمين الآخرين في هذا الموقع، نحن نطلب منك الحفاظ على السرية وعدم الإفصاح بتاتاً عن اسم موقع العزل هذا وعن موقعه الجغرافي بالتحديد.

فحص COVID-19

(COVID-19 Testing)

إذا انطبقت عليك معايير فحص COVID-19، سنقوم بإجراء الترتيبات لفحصك في حال لم يتم فحصك في وقت سابق.

إجراءات الحماية الطبية والشخصية

(Medical and Personal Protection Measures)

سيتم إعطاؤك كمية صغيرة من الكمادات والفقازات تكفي لغرض إقامتك في موقع العزل. أثناء تواجدك هنا، أنت غير مُلزم بارتداء الكمامة داخل غرفتك، ولكن ينبغي عليك ارتداء الكمامة في كل مرة تفتح فيها باب غرفتك لاستلام الوجبات أو للتحدث مع الموظفين. كما ينبغي عليك أيضاً ارتداء الكمامة والفقازات في حال مغادرتك للغرفة لأي سبب كان وعليك إخبار مكتب الاستقبال.

س يبقى أفراد الطاقم الطبي على تواصل معك من خلال الهاتف لمراقبة صحتك ولإجراء تقييمات صحية إضافية حسب الحاجة في حال ازدادت أعراضك سوءاً.

في حال احتجت إعادة صرف أدوية تُباع بوصفة، يُرجى الاتصال بطبيب عائلتك. أما بالنسبة للأسئلة الطبية الأخرى غير الطارئة أو في حال ازدادت أعراضك سوءاً، يُرجى الاتصال بالرقم 811 أو بمكتب طبيب عائلتك. لأي احتياجات طبية طارئة، يُرجى الاتصال بالرقم 911 وإعلامهم بتواجدك في أحد مواقع العزل الخاصة بمرض COVID-19.

التحركات/الزوّار

(Movement/Visitors)

نطلب منك البقاء في غرفتك طوال مدة عزلك. يمنع استقبال الزوّار منعاً باتاً خلال إقامتك وذلك لتجنب احتمالية نشر الفيروس.

موقع العزل الذاتي المزود بالخدمات (Assisted Self-Isolation Site)

وجبات الطعام

(Meals)

في كل يوم، سنُقدِّم لك وجبات الإفطار والغداء والعشاء والمشروبات.

يُرجى عدم استعمال الخدمات الخارجية لتوصيل الطعام أو الاتصال بخدمة الغرف في الفندق حيث أنه لا يُسمح سوى للموظفين المصرح لهم فقط بدخول مساحة العزل.

سيُتصل بك ممثلون عن الفندق بشكل يومي للترتيب معك بخصوص وجبات الطعام وإحضارها إلى باب غرفتك. ويُرجى إعلامهم في حال كانت لديك أي حساسية أو قيود غذائية.

مياه الصنبور (الحنفية)

(Tap Water)

مياه الحنفية في الفندق نظيفة وصالحة للشرب.

خدمات الغرف

(Room Services)

سيترك موظفو خدمة تدبير الغرف بياضات نظيفة ومستلزمات الحمام ومواد التنظيف خارج باب الغرفة في حال احتجت للمزيد منها خلال فترة العزل. ينبغي عليك ترك جميع النفايات والمناشف والبياضات المُستعملة في الأكياس البلاستيكية التي سنزودك بها ووضعها خارج باب غرفتك حسب تعليمات الفندق (تذكر ارتداء الكمامة عند فتحك للباب).

إجراءات العناية الشخصية

(Personal Care Measures)

- لضمان تمتعك بأكبر قدر ممكن من الراحة خلال إقامتك هنا، خذ النقاط التالية بعين الاعتبار:
- حافظ على نشاطك من خلال ممارسة تمارين التمدد (المرونة) والحركات البسيطة إلخ.
 - مارس اليقظة الذهنية والتأمل والتنفس العميق وخذ وقتك في الاسترخاء.
 - ابقَ على تواصل مع عائلتك وأصدقائك (مثل الهاتف، فيس تايم، واتساب، سكايب) واحرص على تناول الطعام بشكل منتظم وشرب الكثير من الماء والنوم لفترات كافية.
 - خصص بعضاً من الوقت للقيام بالأمر التي تساعدك على الشعور بطيب الحال مثل الاستماع للموسيقى أو قراءة الكتب.
 - قم بإعلام موظفينا في حال كان هناك أي شيء آخر يمكنه أن يُحسن من إقامتك.

خدمة التوصيل إلى الفندق أو إلى غرفتك

(Deliveries to Hotel or your Room)

إذا كانت لديك احتياجات مُحددة لمواد ضرورية، يُرجى إعلامنا وسنبذل قصارى جهدنا لتلبية طلباتك. نرجو منك عدم شراء المنتجات على الإنترنت كما نرجو منك عدم استلام أي طرود مؤونة من الخارج.

موقع العزل الذاتي المزود بالخدمات (Assisted Self-Isolation Site)

الإنترنت والمكالمات الهاتفية

(Internet and phone calls)

سيتم تزويدك بتعليمات الوصول إلى شبكة الواي فاي المجانية في الموقع المخصص لك. يُرجى استعمال هاتفك النقال الشخصي أو جهازك اللوحي (التابلت) الشخصي لإجراء المكالمات الصوتية والمرئية الخارجية.

التواصل مع موظفي العزل

(Communications with Isolation Staff)

يُرجى توجيه أي أسئلة أو مخاوف إلى موظفي الفندق. سيقوم موظفو الفندق بربطك بإحدى المنظمات المجتمعية في حال احتجت لدعم ثقافي واجتماعي ولغوي.

المساعدة العاجلة

(Urgent Assistance)

للحالات الطارئة أو المُهددة للحياة، اتصل بالرقم 911.

موقع العزل الذاتي المزود بالخدمات (Assisted Self-Isolation Site)

الملحق "أ": تعليمات حول فترات العزل الإجبارية

(Appendix A: Education on mandatory isolation periods)

سكان ألبرتا المصابون بالأعراض

- أنت ملزم قانونياً بعزل نفسك لمدة لا تقل عن 10 أيام في حال إصابتك بالسعال أو الحمى أو ضيق النفس أو رشح الأنف أو التهاب الحلق بشكل لا صلة له بمرض أو حالة صحية موجودة لديك في السابق.
- فترة العزل الإجباري هي 10 أيام من بدء ظهور الأعراض، أو إلى حين زوال الأعراض، أي الفترتين أطول.

نتيجة فحص إيجابية لمرض COVID-19

- أنت ملزم قانونياً بعزل نفسك لمدة لا تقل عن 10 أيام في حال كانت نتيجة فحصك لمرض COVID-19 إيجابية.
- فترة العزل هي 10 أيام من بدء ظهور الأعراض، أو إلى حين زوال الأعراض، أي الفترتين أطول.

المخالطون القريبون للحالات المؤكدة

- معايير المخالطة القريبة: (أ) تقديم الرعاية الجسدية دون استعمال معدات الحماية الشخصية (PPE) المناسبة؛ (ب) السكن مع الشخص المصاب أو الاختلاط جسدياً به لفترة طويلة (على مسافة أقل من مترين ولمدة أطول من 15 دقيقة) دون استعمال معدات الحماية الشخصية المناسبة، (ج) العطس أو السعال بشكل مباشر على الشخص.
- أنت ملزم قانونياً بعزل نفسك لمدة 14 يوم وبمراقبة الأعراض لديك إذا كنت مخالط لصيق لشخص كانت نتيجة فحصه لمرض COVID-19 إيجابية.
- في حال مرضت وأصبحت بالسعال أو الحمى أو ضيق التنفس أو رشح الأنف أو التهاب الحلق خلال هذه الفترة، ينبغي عليك عزل نفسك لمدة 10 أيام إضافية من بدء ظهور الأعراض أو لغاية زوال الأعراض، أي الفترتين أطول.

معلومات حول العزل

- العزل الذاتي يعني بقاؤك في المنزل أو في موقع للعزل إلى حين معرفتك بنتائج فحص COVID-19 وإنهائك لفترة العزل.

الجمع

- عند اللزوم، ينبغي بذل الجهود لجمع الحالات المؤكدة مخبرياً بالإصابة بـ COVID-19 معاً.
- ينبغي فحص من تظهر عليهم الأعراض من المخالطين القريبين للأشخاص المصابين بـ COVID-19 وينبغي أن تخصص لهم غرفة منفصلة طوال فترة انتظارهم نتيجة فحصهم. وينبغي عليهم عدم مشاركة أي مكان مع حالات إصابة مؤكدة بـ COVID-19 أو مع أشخاص لا تظهر عليهم أي أعراض.

للمزيد من المعلومات المفصلة حول العزل الذاتي: <https://www.alberta.ca/isolation.aspx>