



Södertälje
kommun



Information om covid-19 (coronavirus)

About corona in six languages:

swedish/svenska

english/engelska

suomeksi/finska

polski/polska

suryoyo

arabic/arabiska

Vi behöver fortsätta att hindra smittspridningen av coronaviruset

Läget är fortsatt allvarligt. Coronaviruset sprids i Sverige och i resten av världen. Viruset orsakar sjukdomen covid-19. För att minska spridningen av smitta är det viktigt att alla människor tar sitt personliga ansvar.

Det här kan du göra:

- Besök inte äldre släktingar och vänner. Personer över 70 år är den främsta riskgruppen för att bli allvarligt sjuka i covid-19.
- Du som är över 70 år bör begränsa kontakter med andra människor så långt det går. Det gäller även om du känner dig frisk.
- Du som är sjuk, även om du bara är "lite förkyld" ska stanna hemma. Undvik att träffa andra människor tills du har varit helt frisk i minst två dagar.
- Känner du dig så sjuk att du behöver vård? Ring Vårdguiden på telefonnummer 1177, åk inte direkt till en mottagning. Vårdguiden ger vägledning om när, var och hur du ska söka vård. Vid livshotande tillstånd ring telefonnummer 112.
- Försök att hålla avståndet två meter till andra människor när du är på offentliga platser, eller när du till exempel är i en affär eller på bussen.
- Res bara om det är nödvändigt.
- Tvätta händerna ofta med tvål och vatten i minst 20 sekunder.
- Sprid inte information eller rykten som inte är bekräftade av någon myndighet.

Friska barn ska gå i skolan

Grundskolor och förskolor i Södertälje kommun är öppna. Folkhälsomyndigheten bedömer att det ur ett smittskyddsperspektiv inte finns anledning att friska barn ska stanna hemma. Barn som är sjuka ska däremot inte komma till skolan.

Skolorna i Södertälje har utarbetat rutiner och arbetssätt med tanke på läget i samhället. Det innebär bland annat mer undervisning utomhus, större avstånd mellan elever i samband med måltider och handtvätt på bestämda tider. På så sätt kan elever även i den här situationen få nödvändig undervisning.

För gymnasiet, vuxenutbildningen och yrkes-högskolan fortsätter vi med distansundervisning.

Här hittar du information om coronaviruset

- På [krisinformation.se](https://www.krisinformation.se) sammanställs ansvariga myndigheters information.
- Vårdguiden [1177.se](https://www.1177.se) har information om coronavirusets symtom med mera. Ring endast 1177 vid sjukdom.
- Har du allmänna frågor om coronaviruset ring informationsnummer 113 13.
- Kommunens webb: [sodertalje.se/coronaviruset](https://www.sodertalje.se/coronaviruset). Här finns även informationsfilmer på flera olika språk, bland annat suryoyo, arabiska, finska, engelska och polska.

We need to continue working to prevent the spread of the coronavirus

The situation is still serious. The novel coronavirus, which causes the illness known as COVID-19, continues to spread in Sweden and the rest of the world. In order to limit the spread of infection, everyone needs to take personal responsibility.

Here is what you can do:

- Do not visit elderly friends and relatives. People aged over 70 make up the group most at risk of becoming seriously ill from COVID-19.
- If you are aged over 70, try to limit contact with other people as far as possible. This applies even if you feel well.
- If you are ill – even if you “just have a bit of a cold” – stay home. Avoid interacting with other people until you have been completely well for at least two days.
- Do you feel so sick that you think you need professional care? Call Vårdguiden (The Care Guide) on 1177; do not go directly to a clinic or hospital. Vårdguiden will advise you about when, where and how to seek care. In the event of a life-threatening condition, call 112.
- Try to maintain a safe distance of at least 2 metres from other people when you are in public areas, or when you are in a shop or on a bus, for example.
- Only travel if you absolutely have to.
- Wash your hands often with soap and water for at least 20 seconds.

- Do not pass on information or rumours that have not been confirmed by a trustworthy authority.

Healthy children can go to school

Primary schools and preschool facilities in the Municipality of Södertälje are open. From the perspective of infection control, the public health authorities do not consider there to be any reason why healthy children should stay home. On the other hand, children who are ill must not come to school.

The schools in Södertälje have prepared procedures and work methods to allow for the current situation in society. These involve, for instance, more lessons outdoors, more distance between students when eating meals, and hand washing at specific times. The intention here is to ensure that students can continue to receive the necessary education – even in the current circumstances.

As regards high school, adult education and vocational colleges, we will continue the remote learning programme.

Where to find information about the coronavirus

- The [krisinformation.se/en](https://www.krisinformation.se/en) website presents a comprehensive set of information from the responsible authorities.
- Vårdguiden (The Care Guide) at [1177.se](https://www.1177.se) publishes information about coronavirus symptoms, etc. Only call 1177 if you are ill.
- If you have general questions about the coronavirus, call the information hotline on 113 13.
- You can also visit the municipal website at [sodertalje.se/coronaviruset](https://www.sodertalje.se/coronaviruset), where you will find information videos in a variety of languages including Arabic, English, Finnish, Polish and Suryoyo.

Meidän on edelleen estettävä koronavirusta leviämistä

Tilanne on edelleen vakava. Koronavirus leviää Ruotsissa ja muualla maailmassa. Virus aiheuttaa COVID-19-tautia. Taudin leviämisen vähentämiseksi on tärkeää, että meistä jokainen kantaa henkilökohtaisen vastuunsa.

Noudata näitä ohjeita:

- Älä vieraille iäkkäiden sukulaisten tai ystävien luona. Yli 70-vuotiaat ovat suurimmassa vaarassa sairastua vakavasti COVID-19-tautiin.
- Jos olet yli 70-vuotias, rajoita kanssakäymistä muiden ihmisten kanssa mahdollisimman paljon. Tämä pätee myös, vaikka tuntisit itsesi terveeksi.
- Jos tunnet itsesi sairaaksi, pysy kotona, vaikka kyseessä olisi "pelkkä vilustuminen".
- Tunnetko itsesi sairaaksi ja tarvitset hoitoa? Soita Vårdguiden-terveysneuvontaan numeroon 1177 – älä hakeudu suoraan vastaanotolle. Vårdguiden-palvelusta saat ohjeita, milloin on syytä hakeutua hoitoon ja mistä ja miten saat hoitoa. Henkeä uhkaavissa hätätilanteissa soita numeroon 112.
- Yritä pitää 2 metrin etäisyys muihin ihmisiin julkisilla paikoilla, esimerkiksi kaupassa tai bussissa.
- Matkusta vain, jos se on aivan välttämätöntä.
- Pese käsiä usein saippualla ja vedellä vähintään 20 sekunnin ajan.
- Älä levitä tietoa tai huhuja, jotka eivät ole viranomaisten vahvistamia.

Terveiden lasten tulee mennä kouluun

Södertäljen kunnan peruskoulut ja esikoulut ovat auki. Kansanterveyslaitoksen mukaan terveiden lasten ei ole syytä jäädä tartuntavaaran vuoksi kotiin. Sitä vastoin sairaiden lasten ei tule mennä kouluun.

Södertäljen koulut ovat kehittäneet hyviä rutiineja ja työtapoja, jotka ottavat huomioon yhteiskunnallisen tilanteen. Näihin kuuluvat muun muassa lisätty opetus ulkona, suuremmat etäisyydet oppilaiden välillä ruoka-aikaan sekä säännöllinen käsienpesu. Näin oppilaat voivat saada tarvittavaa opetusta myös nykyisessä tilanteessa.

Lukion, aikuisopetuksen ja ammattikorkeakoulujen osalta jatkamme etäopetusta.

Tietoa koronaviruksesta löydät täältä

- Osoitteessa [krisinformation.se](https://www.krisinformation.se) löytyy tiivistelmä viranomaisten antamista tiedoista.
- Vårdguiden-hoitoneuvonnan sivuilla osoitteessa [1177.se](https://www.1177.se) kerrotaan tietoa muun muassa koronaviruksen oireista. Soita numeroon 1177 ainoastaan, jos olet sairas.
- Jos sinulla on yleisiä kysymyksiä koronavirukseen liittyen, soita neuvontapuhelimeen numeroon 113 13.
- Kunnan verkkosivu: [sodertalje.se/coronaviruset](https://www.sodertalje.se/coronaviruset). Täältä löydät tietoa antavia videoita useilla eri kielillä, muun muassa syyriaksi, arabiaksi, suomeksi, englanniksi ja puolaksi.

Musimy nadal zapobiegać rozprzestrzenianiu się infekcji koronawirusem

Sytuacja jest nadal poważna. Koronawirus rozprzestrzenia się w Szwecji oraz na całym świecie. Wirus ten wywołuje chorobę Covid-19. Aby ograniczyć rozprzestrzenianie się infekcji, ważne jest, aby każdy z nas wziął osobistą odpowiedzialność za działania zapobiegawcze.

Oto, co możesz zrobić:

- Nie odwiedzaj krewnych i znajomych w starszym wieku. Osoby w wieku powyżej 70 lat stanowią główną grupę ryzyka poważnego zachorowania na Covid-19.
- Osoby w wieku powyżej 70 lat powinny w jak największym stopniu ograniczyć kontakt z innymi ludźmi. Ma to zastosowanie również do osób, które czują się zdrowe.
- Osoby chore, nawet jeśli jest to tylko „lekkie przeziębienie”, muszą pozostać w domu. Należy unikać kontaktu z innymi osobami do upływu co najmniej dwóch dni od całkowitego wyzdrowienia.
- Czujesz, że jesteś chory w takim stopniu, że potrzebujesz pomocy lekarskiej? Zadzwoń do Vårdguiden pod numer telefonu 1177, nie udawaj się bezpośrednio do przychodni. Vårdguiden udzieli Ci informacji na temat tego, kiedy, gdzie i w jaki sposób możesz uzyskać pomoc lekarską. W przypadku zagrożenia życia zadzwoń pod numer 112.
- Przebywając w miejscach publicznych lub będąc na przykład w sklepie lub autobusie, postaraj się zachować odstęp 2 metrów od innych osób.
- Podróżuj wyłącznie w sytuacji, gdy jest to konieczne.

- Myj często ręce wodą i mydłem przez co najmniej 20 sekund.
- Nie rozsiewaj informacji i pogłosek, które nie zostały potwierdzone przez urzędy.

Zdrowe dzieci powinny chodzić do szkoły

Szkoły podstawowe i przedszkola w gminie Södertälje są otwarte. Urząd ds. zdrowia publicznego Folkhälsomyndigheten ocenia, iż z punktu widzenia ochrony przez infekcją nie istnieją powody ku temu, aby zdrowe dzieci miały pozostać w domu. Natomiast dzieci chore nie mogą przychodzić do szkoły.

Szkoły w Södertälje wypracowały efektywne procedury i sposoby pracy z uwzględnieniem aktualnej sytuacji społecznej. Oznacza to między innymi większą liczbę zajęć na zewnątrz, większe odstępy między uczniami podczas spożywania posiłków oraz mycie rąk o wyznaczonych porach. Dzięki temu uczniowie mogą korzystać z niezbędnego nauczania również w tej trudnej sytuacji.

Zajęcia w szkołach średnich, zajęcia dla dorosłych oraz zajęcia w wyższych szkołach zawodowych nadal odbywają się na odległość.

Tu znajdziesz informacje na temat koronawirusa

- Na krisinformation.se zebrano informacje od odpowiedzialnych urzędów.
- Vårdguiden 1177.se przekazuje informacje na temat objawów infekcji koronawirusem itp. W przypadku zachorowania zadzwoń wyłącznie pod numer 1177.
- W przypadku pytań ogólnych o koronawirusa zadzwoń na infolinię informacyjną 113 13.
- Strona internetowa gminy sodertalje.se/coronaviruset. Znajdziesz tu również informacje w wielu różnych językach, między innymi w języku suryoyo, arabskim, fińskim, angielskim i polskim.

Klozem dqudrina maklena u berbozo du Virus d'Corona

I aykanoyutho bqashyutho kyerwo. U Virus d'Corona kmibarbez bu Swed u be britho kula. U virusano kcholeq kewo d'Covid-19. Lashan dmkalena u berbozo du kewo dqoyeth me ha lha, klozem kul nosho dmoyed i mshalutho dekneflo acle.

Hat hathe kiboch saymet:

- Lo zayret u ahel dketne sowe u hawrone. A noshe dketne bcumro dlalcel ma 70 eshne, bi qamayto henne bu qentone dkibe qathlen chayifo u kewo d'Covid-19.
- Hat dketat lalcel mu cumro da 70 eshne, ida dhowe lزابno yaricho ste, klozem dmanqeset a esore dkowe loch cama noshe hrene. Dmahiset ruhoch nayiho ste lo kowe demqadmet lnoshe.
- Hat dketat kayiwo, ida dhowe loch ste "eshmo shawbe" klozem dfayshet bu bayto. Bether med nayeh loch towo ste marheq u lo loqet noshe hol dlo foyet bu nquso tre yawme.
- Kmahiset bruhoch dketat kayiwo u klozam loch hyoro? Mtalfen lu mhawyono du hulmono bi numarathe 1177, lo ezoch baroyo li duktho dekmaqbeli a kayiwe. U mhawyono du hulmono gedmahwe loch ema, ayko u aydarbo klozem dmiher loch. Ida nafilet bqento ghalabe ciqo mtalfen li numarathe 112.
- Mahet bolo dtored tre metrawiye bayn loch u la noshe hrene i naqla dezoch ldukotho baroye, aw bmathlo hreno i naqla dhowet bgawed dukano aw bgawe du baso.

- Hzaqyo bas (baso aw qtoro) ida ghalabe muhimyo.
- Mashegh idothoch kul naqla bsafono u maye bu nquso hol 20 rfofe.
- Lo mbarbezet mawdconutho aw mamre dlo miri me darghe rushmoye.

A nacime nayihe klozem dezen li madrashto

A madershotho sharwoye u a ganath shabre di karkhutho d'Södertälje ftihe. U shutoso du hulmono komer, lashan dlo mibarbez u kewo, latyo sebbe a nacime hlime dfayshi bu bayto. Elo belhude a nacime dketne kayiwe klozem fayshi bu bayto.

A madershotho d'Södertälje mhalache cal darbe u shbile hathe dekmanfici lu kensho. Mathlo kibe dhowe u yulfono larwal ma sedre, u dmetre ruhqo bayn da yolufe bu zabno du muklo u du teshigho da idotho, u bzabne idice. Bu shekelano a yolufe kiben maydi u yulfono deklozem. Elo i madrashto trayonitho, u yulfono di senca gedsaymi yulfono me ruhqo.

Harke kiboch hozet mawdconutho calu Virus d'Corona

- Bi dafo krisinformation.se kiboch maydet mawdconutho ma darghe rushmoye.
- U mhawyono du hulmono 1177.se ketle mawdconutho rwehto cala gedshe du Virus d'Corona. I naqla dhowet kayiwo, mtalfen bas li numarathe 1177.
- Ketloch shuwole gawonoye calu Virus d'Corona, lashan mawdconutho, mtalfen li numarathe 113 13.
- Harke bi dafo di karkhutho sodertalje.se/coronaviruset kiboch ste hozet mawdconutho bfilmat bleshone mshahelfe, mathlo b'Suryoyo, Araboyo, Finlandoyo, Englishoyo u Polonoyo.

ضرورة مواصلة العمل للحد من انتشار العدوى بفيروس كورونا

لا تزال الحالة خطيرة، حيث ينتشر فيروس كورونا في السويد وأنحاء العالم، والذي يسبب مرض كوفيد - 19.

وللتقليل من انتشار العدوى نرى أنه من المهم أن يتحمل كل شخص مسؤوليته.

يمكنك فعل ما يلي:

- لا تزرُ أقرباءك وأصدقاءك المسنين. فالأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 70 عاماً يشكلون مجموعة الخطر وهم المجموعة الرئيسية المعرضة للمخاطر للإصابة بمرض كوفيد-19.
- وإذا كان عمرك يزيد عن 70 عاماً فينبغي عليك تقليل اتصالاتك بالآخرين حدّ الإمكان. ويسري هذا عليك حتى لو كنت معافى.
- وإذا مرضت وحتى لو "كنت تشعر فقط بالبرد قليلاً"، فما عليك إلا البقاء في المنزل، وتجنب الالتقاء بالآخرين ليومين آخرين على الأقل من تعافيك.
- إذا شعرت بالمرض إلى حد أنك احتجت إلى الرعاية الصحية، اتصل بالرقم 1177، بدون أن تذهب مباشرة إلى المستوصف. دليل الرعاية يرشدك حول مواعيد وأمكنة وكيفية مراجعة الرعاية الصحية. وفي حالة وجود خطر مميت، اتصل برقم الهاتف 112 .
- حاول أن تبعد عن الآخرين لمسافة 2 مترين في الأماكن العامة، أو عندما تكون على سبيل المثال، في متجر أو الحافلة.
- لا تسافر إلا في حالات الضرورة القصوى.
- واطب على غسل اليدين بالصابون والماء لمدة 20 ثانية على الأقل في كل مرة.
- لا تنتشر معلومات أو شائعات غير مؤكدة من السلطات الرسمية.

الأطفال الأصحاء عليهم الدوام في المدرسة.

الروضات والمدارس الابتدائية مفتوحة في سؤرتاليه. ترى سلطة الصحة العامة من منظور الحماية من العدوى أنه لا تتوفر أسباب تدعو الأطفال الأصحاء للبقاء في البيت. بينما على الأطفال المرضى عدم الذهاب إلى المدرسة. اتخذت المدارس في سؤرتاليه إجراءات سليمة وفكرت بصورة مهنية في الوضع في المجتمع. وقد اتخذت إجراءات كثيرة، من بينها، توفير المزيد من عمل التدريس خارج البيت، وفرض تباعد جسدي بين التلاميذ في أثناء وجبات الطعام وغسل الأيدي في المواعيد المقررة. وبهذا يمكن للتلاميذ في هذه الظروف كذلك تلقي تعليمهم الضروري.

وسنواصل التدريس عن بعد بخصوص الاعدادية، وتعليم الكبار والمدارس المهنية العليا.

هنا تجد معلومات حول فيروس كورونا.

- تجد على موقع krisinformation.se معلومات السلطات المسؤولة عن المجتمع.
- الدليل الصحي 1177.se يزودك بمعلومات حول أعراض فيروس كورونا وأمور أخرى. اتصل بالرقم 1177 عند المرض.
- إذا كان لديك أسئلة عامة حول فيروس كورونا اتصل برقم المعلومات 113 113 .
- الموقع الإلكتروني للبلدية sodertalje.se/coronaviruset تجد هنا كذلك معلومات بلغات عديدة، من بينها

السريانية، العربية، الفنلندية، الانجليزية والبولندية.