



Folkhälsomyndigheten

سفر توسط وسایل نقلیه عمومی

برای این که بتوانید به گونه سفر کنید که خطر انتشار عفونت کاهش یابد، باید از سفر توسط وسایل نقلیه عمومی و دیگر وسایل نقلیه همگانی که در آن امکان ریزرف نمودن جا وجود ندارد، خودداری نمایید. در گام نخست باید از دیگر شیوه ها برای مسافرت استفاده نمایید، مانند پیاده رفتن، بایسکل راندن یا هم رفتن توسط موتر خودتان.

شما شخصاً مسئول می باشید تا طوری سفر نمایید که از بابت سرایت (مرض) به حد ممکن مصئون باشد. به این معنی که شما همه اقدامات ممکن را انجام می دهید تا نه خود (به ویروس) آلوده شوید و دیگران را آلوده بسازید. در صورت امکان باید از سفر های که در آنها امکان ریزرف نمودن جا وجود ندارد، اجتناب ورزید. مانند سفر توسط spårvagnar (واگون های برقی)، مترو و بس های شهری. اگر نیاز دارید توسط وسایل نقلیه عمومی سفر نمایید باید گزینه را انتخاب کنید که در آن امکان ریزرف نمودن جا وجود داشته باشد، مانند ریل/قطار. اگر داری نشانه های مریضی هستید که می تواند ناشی از کووید - 19 باشد، اصلاً نباید سفر کنید.

فاصله را نگهدارید

اگر نمی توانید از سفر توسط وسایل نقلیه همگانی خودداری کنید در آن صورت مهم است تا فاصله با دیگر مسافران را تا حد ممکن حفظ کنید. از سفر در اوقات مزدحم باید خودداری کنید. همچنان از راهنمایی های همان شرکت که توسط وسایل نقلیه آن سفر می کنید نیز پیروی کنید. شرکت ها می توانند برای فعالیت های خود مقررات و تنظیمات خاص داشته باشند. به همین دلیل وبسایت های شرکت های تنظیم کننده وسایل نقلیه همگانی را بخوانید.

استفاده از ماسک دهن در وسایل نقلیه عمومی

به افرادی که توسط آن وسایل نقلیه عمومی سفر می کنند که در آنها امکان ریزرف نمودن جا وجود ندارد، توصیه می شود تا از تاریخ 7 جنوری 2021 ببعد در روز های کاری و در جریان ساعات مزدحم یعنی بین ساعت 07 - 09 و همچنان 16 - 18 از ماسک دهن استفاده نمایند. این توصیه متوجه افرادی می گردد که متولد سال 2004 و یا قبل از آن هستند. افرادی که بنابر معاذیر صحی نمی توانند ماسک دهن بپوشند از این توصیه مستثنی شده می شوند.

هرگاه می خواهید در ساعاتی که پوشیدن ماسک دهن توصیه می گردد سفر کنید، باید با خود ماسک دهن داشته باشید. شما همچنان مسئولیت دارید تا ماسک دهن را بعد از استفاده در جا تعیین شده، ببندازید. اداره صحت عامه به شرکت های که فعالیت وسایل نقلیه همگانی را انجام می دهند توصیه می نماید تا برای مسافران که خود امکان تهیه نمودن ماسک دهن را نداشته اند، ماسک دهن را تهیه نماید.

مشورت های همگانی را پیروی کنید

مشورت های همگانی را در این مورد پیروی نمایید که چگونه می توانید از خود و دیگران، حتی در هنگام که سفر نیز می نمایید، محافظت کنید. در پیوند به این که سفر می کنید باید دست های خود را زود - زود و با دقت بشویید. در زمانی که نمی توانید دست های خود را بشویید و یا هم امکان این کار را ندارید، الکول برای پاک نمودن دست ها (یا دیگر مواد معادل آن برای ضد عفونی ساختن دست ها) می تواند گزینه خوبی باشد