

### آخرین اخبار درباره COVID-19

دکتر آیلین دی ویلا (Eileen de Villa)، سرپرست ارشد امور پزشکی (سازمان بهداشت عمومی)  
24 مارس 2020 ساعت 3:45 بعدازظهر

**Members' Lounge, Toronto City Hall, 100 Queen St. W.**

- 
- آمار در ساعت 1 بعدازظهر امروز 280 مورد تأیید شده COVID-19 در تورنتو می باشد.
  - دیروز برای اولین بار در تورنتو وضعیت اضطراری اعلام شد. این کار تضمین می کند که شهرداری بتواند به سرعت پاسخگوی وضعیت متغیر کنونی باشد.
  - افرادی که فاصله گیری اجتماعی را رعایت نمی کنند، کارکنان مشاغل اساسی و ضروری را در معرض خطر قرار می دهند: کارکنان بخش بهداشت و درمان، نیروهای امدادی، کسانی که از سلامت و امنیت منابع آب ما محافظت می کنند، افرادی که از آسیب پذیرترین شهروندان ما در آسایشگاه های مراقبت بلندمدت و پناهگاه ها محافظت می کنند، کارکنان بخش حمل و نقل عمومی و تمام افراد دیگری که تلاش شان به این گروه ها در انجام شغل شان کمک می کند.
  - آنها همچنین آسیب پذیرترین شهروندان ما را در معرض خطر قرار می دهند:
    - والدین و پدربزرگ ها و مادربزرگ ها
    - افرادی که دچار ضعف سیستم ایمنی بدن هستند
    - افرادی که با بیماری ها و عارضه های مزمن سلامتی زندگی می کنند
  - ضمناً آنها آزادی های فردی ما را تهدید می کنند. با توجه به اقداماتی که در حال حاضر انجام می شود، آزادی های ما به میزان جدی گرفته شدن توصیه های بهداشت عمومی توسط مردم بستگی دارد.
  - توصیه می کنم به این مسئله فکر کنید و به تعهدات خود در زمینه اقدامات گروهی و رعایت هشدارها بیاورید.
  - هم اکنون در مقطع بسیار حساسی قرار داریم. از تمام کسانی که با ماندن در خانه، دستورالعمل های ما را برای محافظت از آسیب پذیرترین شهروندان و جلوگیری از انتشار بیشتر ویروس رعایت کرده اید تشکر می کنیم. لطفاً همین مسئولیت پذیری و اقدامات متعهدانه خود را ادامه داده و در خانه بمانید.

- تک تک شهروندان نقشی اساسی در جلوگیری از انتشار ویروس دارند. این شما هستید که آینده و اتفاقات آن را رقم می‌زنید. به آن دسته که فکر می‌کنند تصمیم‌شان مبنی بر بی‌توجهی کردن به توصیه‌های بهداشت عمومی تفاوتی ایجاد نمی‌کند، باید بگوییم که این امر نه تنها نادرست است بلکه در این مقطع از زمان، اصلاً قابل قبول نیست. این کار رسماً بی‌مسئولیتی است.
- تبعاتی که با آنها روبرو هستیم در سطح شهر، کشور و جهان دیده می‌شود. شما می‌توانید مسیر اتفاقات آینده را تغییر دهید، اما برای این کار همه ما باید کار درست را در زمان درست انجام دهیم و زمان درست همین الان است. شما باید در خانه بمانید.
- تاریخ نشان خواهد داد که تعدادی با رفتار خود به دیگران کمک کردند و بعضی هم با کارهایشان به آسیب‌پذیرترین شهروندان ما صدمه زدند. اینکه جزو کدام گروه باشید به تصمیم شما بستگی دارد. هنوز خیلی دیر نشده است. ما هنوز می‌توانیم با اقدام دستجمعی تأثیرگذار باشیم، اما وقت عمل همین الان است.
- وقت آن رسیده که صلاح و مصلحت عمومی را به مصلحت شخصی خودمان ترجیح بدهیم و به این موضوع دقیقاً فکر کنیم که آیا حاضریم صرفاً بخاطر اینکه فاصله‌گیری اجتماعی "سخت" یا "پر زحمت" است، سلامتی دیگران را در معرض خطر قرار دهیم یا خیر. از دیگران 6 فوت فاصله بگیرید.
- نمونه‌های بسیار عالی رعایت فاصله‌گیری اجتماعی یا فیزیکی را در گزارشات شاهد هستیم:
  - فروشگاه‌های خواروبار و داروخانه با نصب نوارچسب به مشتریان کمک می‌کنند تا فاصله 6 فوتی را در صندوق ببینند و رعایت کنند
  - مواد غذایی یا لوازم پشت درب منازل تحویل داده می‌شوند
  - هیچکس با دیگران در خارج از خانواده ملاقات نمی‌کند
- از اینکه در این دوره دشوار مسئولانه عمل می‌کنید از شما ممنونیم. در این دنیای جدید که رعایت 6 فوت فاصله از دیگران می‌تواند جان عزیزان، دوستان و سلامتی شهرمان را حفظ کند، شما با اقدامات و اعمال خود برای دیگران الگو و سرمشق هستید.
- من از همه خواهش می‌کنم که برای محافظت از خود و دیگران و جلوگیری از انتشار COVID-19 در خانه بمانند. دلیل این درخواست این است که می‌دانیم COVID-19 از طریق تماس نزدیک با دیگران منتشر می‌شود و ما باید جلوی انتشار این ویروس را در شهرمان بگیریم.

- در خانه ماندن به معنی کنار گذاشتن جنب و جوش و فعالیت نیست. از کلاس‌های رایگان ورزشی که در اینترنت پخش می‌شوند یا برنامه‌های کاربردی موبایل برای ورزش در خانه استفاده کنید. اگر لازم است برای ورزش بیرون بروید، چه برای پیاده روی یا دویدن، حداقل 6 فوت فاصله با دیگران را رعایت کنید. به خاطر داشته باشید:
  - دعوت از بچه‌های دیگر برای آمدن به خانه شما و بازی با فرزندان شما، رعایت فاصله گیری اجتماعی نیست
  - فوتبال یا بسکتبال بازی کردن با دوستان، رعایت فاصله گیری اجتماعی نیست
  - بیرون رفتن برای پیاده روی یا دویدن گروهی، رعایت فاصله گیری اجتماعی نیست
- ما می‌دانیم که این ویروس از طریق تماس نزدیک با قطره‌های تنفسی افراد مبتلا به COVID-19 منتشر می‌شود: سرفه آنها، عطسه آنها یا وقت گذراندن یا صحبت کردن با یک فرد مبتلا از فاصله نزدیکتر از 6 فوت. اگر فاصله 6 فوت را رعایت کنیم، حتی اگر شخصی بدون اطلاع خودش قابلیت انتقال بیماری را داشته باشد، می‌توانیم به‌طور قابل ملاحظه‌ای از خطر بیمار شدن جلوگیری کنیم.
- همه ما می‌خواهیم به زندگی عادی خود برگردیم. همه ما می‌خواهیم که اوضاع در شهرمان عادی شود. بهترین کمکی که می‌توانید برای رسیدن به این هدف انجام دهید، ماندن در خانه است.
- ما این دوره را پشت سر خواهیم گذاشت. لطفاً در خانه بمانید، ایمنی خود را حفظ کنید و از همدیگر مراقبت کنید.

-30-

تماس جهت رسانه‌ها: لنور براملی (Lenore Bromley)، سازمان بهداشت عمومی تورنتو،  
Lenore.Bromley@toronto.ca ،416-338-7974