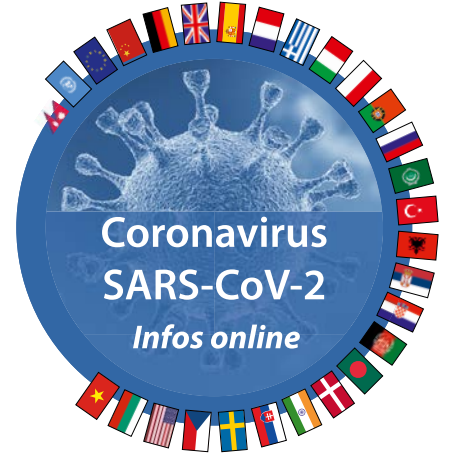
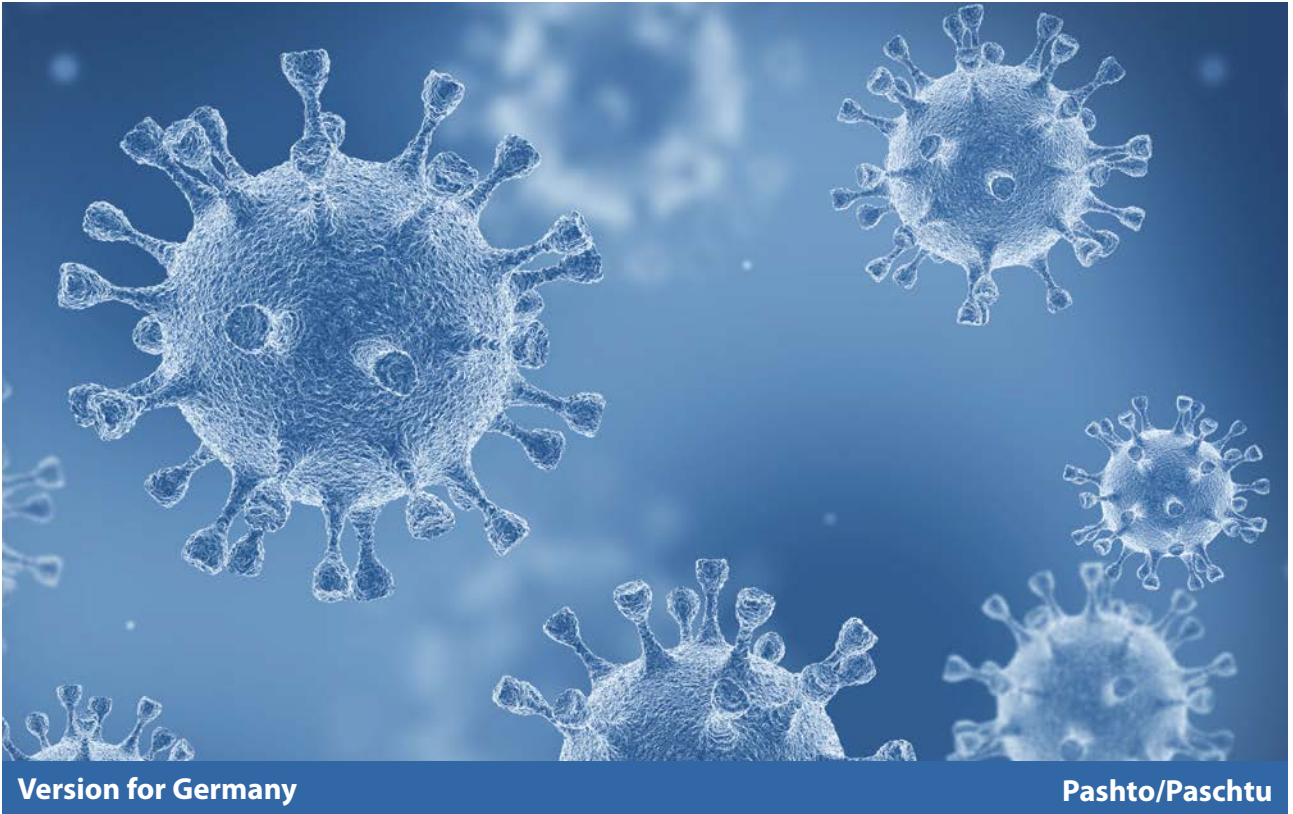


www.covid-information.org



# کرونا ویروس SARS-CoV-2

## لار بنودنی او کتور معلوماتونه



Version for Germany

Pashto/Paschtu



## خوندي او احترامانه چلند

- مور بايد په دسپلين او په ټولنيز توگه کار وکړو. دا ستاسي د روغتيا لپاره مرسته کوي او د ويروس لا نور خپريده ورو کوي.
  - يوازي د معلوماتو په سر چينو باور وکړئ، چي خوندي او دباور وړ دي.
  - وروستي معلوماتو ته هم WHO د نړيوال روغتيايي موسسې توجه وکړئ. وروستي او خوندي معلوماتونه، په مختلفو څو ژبو WHO وړاندي کوي.
  - په المان کي وروستي، خوندي او د باور وړ معلوماتونه د روبرت – کوخ – انستيتوت نه لاس ته راوړلای شئ BzGA, RKI او يا د روغتيا وزارت نه BMG.
  - هيله ده چي د پام وړ توجه له لاري خپله روغتيا د طبي او پاملرني کار کونکو روغتيايي ساتنه وکړي.
  - هغوی اتلان او اتلاني دي، چي زموږ سره د مرستي په موخه خپله روغتيا په خطر کي اچوي تر څو موږ له دې ناروغي نه وساتي.
  - په ويروس اخته يا مخکي ناروغيه کسان هيله کوو، چي د طبي او پاملرني کار کونکو غوښتنې په کلکه تعقيب کړي.
  - هيله ده چي په جدي توگه د ملي او ځايي روغتيايي چارواکو وروستي لار ښودني، غوښتنې او يادداښتونه تعقيب کړئ!
- روغ پاتي شئ!

## زه څنگه کولای شم په ښه توګه ځان وساتم؟

فاصله + حفظ الصحه + هره ورځ ماسک: دا لاندې اړین د ساتنې ګامونه آسان او زیات موثر دي! د ساتنې نوظافتې مقررات د ټوڅا او ترچا په وخت کې، د لاسونو وینځل او له نورو کسانو نه واټن (فاصله) نیول باید عادت شي. خپلې کورنۍ، دوستانو ښځینه او نارینه او اشنايانو ته د ساتنې د امکاناتو لار ښودنه وکړئ.

### د ساتنې نوظافتې مقررات د ټوڅا او ترچا په وخت کې



- د ټوڅا او ترچا په وخت له نورو کسانو نه لږ تر لږه ۱،۵ متر فاصله ونیسئ او مخ و ګرځوئ.
- ټوڅا او ترچا په جیبې دستمال کې وکړئ. له د ستمال نه یو ځل استفاده وکړئ دستمال په یو داسې چټلې سطل کې واچوئ، چې سر پوښ ولري.
- که دستمال در سره نه وي، د ټوڅا او ترچا په وخت کې خوله او پوزه د لاس په بغل ونیسئ (په لاس کې نه!).
- که تاسې ته میلمه راغلی وي، کړکۍ خلاصه کړئ او ۵ دقیقې په کامل خلاصه کړکۍ د کوټې هوا تازه کړئ.

### د لاسونو وینځل



- لاسونه څو ځله په صابون په ښه توګه و وینځئ، توجه وکړئ چې د ګوتو مابین او د ګوتو سره هم په ښه توګه و وینځل شي. ښه طریقه داده، چې لاسونه نیمه دقیقه په مایع صابون و وینځل شي. لاسونه په بهیدونکي اوبو و وینځئ. که مایع صابون ته لاسرسی ولري، له هغه نه استفاده وکړئ.
- لاسونه ښه او په غور وچ کړئ، د ګوتو مابینونه هم ښه وچ کړئ. په کور کې باید هر کس ځانته له دستمال نه استفاده وکړي. په عام تشنابونو کې له کاغذي دستمال نه کار واخلي. که هلته کاغذي دستمالونه نه وي، له خپل دستمال نه کار واخلي. په عام تشنابونو کې د اوبو نل بند ولو په وخت کې له کاغذي دستمال نه کار واخلي یا له خپل دستمال نه کار واخلي او یا یې د لاس په مړوند بند کړئ.

### فاصله ونیسئ او هره ورځ ماسک ولرئ



- له نږې تماس نه ځان وساتئ لکه د لاس ورکول، مچول او په غیږ کې نیول. دا بې احترامې نه ده، دا ځکه چې تاسې خپل ځان او نور ژغورئ.
- که تاسې ناروغه یاست، په کور کې پاتې شئ، چې استراحت وکړئ او نورو ته د ناروغي د سرایت مخنیوی وکړئ.
- هغه کسان چې په ویروس اخته شوي وي، خو د ناروغي علامې یې نه وي ښکاره شوي، کولای شي نور کسان په اخته کړي. لږ تر لږه ۱،۵ متر فاصله ونیسئ، تر څو په نیغه توګه د ویروس د سرایت مخنیوی وشي.
- په ناروغي اخته شوي کسان باید په خاصه توګه له خطر سره مخامخ کسانو نه لکه د لوړ سن کسان یا هغه کسان چې مخکې ناروغي ولري فاصله ونیسي.
- هیله ده چې په خپل ایالت کې د اړیکو د محدودیت په اړه تازه معلومات ولرئ.
- سپارښتنه کېږي په داسې ځایونو کې چې له نورو نه د فاصلې ساتل ستونزمن وي ورځني ماسکونو واچول شي (د بیلګې په توګه د ټګري ماسکونه) فدرالي ایالتونو د ورځني ماسک تړلو لپاره د پیروډلو په وخت کې او په عامه ترانسپورت کې مقررات صادر کړي. سیمه ایز بدلونونه واقع کېدای شي. هیله کېږي په اوسپدنې خپل ځای کې پلي کېدونکي مقررات وګورئ.
- ورځني ماسکونه باید تر یو ځل کارولو ورسته اصلاً په ۹۵ درجې خو لږ تر لږه په ۶۰ درجې و وینځل شي او وروسته ښه وچ شي. په بل ډول کېدای شي ۱۰ دقیقې په یوه ډیګي کې په اوبو کې و ایشول شي.

## د نوي کرونا ویروس په اړه په زړه پوری پوهیدنی

دا نوی شکل کرونا ویروس اوسمهال په نړۍ کې د خوریدو په حال کې دی. دی "COVID-19" دی. د تنفس دلاری ناروغي نوم "SARS-CoV-2" ددې ویروسی اصلی نوم دا ویروس د څاڅکی او موبولو په وسیله انتقال کېږي.

دا نوی شکل کرونا ویروس په ټول نړۍ کې خپرېږي. ویروس د څاڅکو له لارې لېږدول کېدای شي، خو د ایروسولونو له لارې هم لېږدول کېږي. ایروسولونه وړوکي څاڅکي دي چې په لوړ اواز خبري کولو او یا سندرې ویلو په وخت کې آزادېږي. هغوی کولای شي د زیاتي مودې لپاره په هوا کې پاتې شي او ویروس ولېږدوي. له همدې کبله باید هغه کونې او اطاقونه، چې زیات انسانان پکې وي په منظمه توګه تازه هوا ورکړه شي. غوږ او ککړ تیا هم رول لوبولای شي. ویروس کولای شي په غیر مستقیم توګه د غوږ لاسونو له لارې خولې، د پوزي دننه پوست او د سترګو دننه پوست (پردې) له لارې ولېږدول شي. دا ویروس د تنفس لاری د ناروغي سبب کېدای شي. د ساده حالت په بغل کې کېدای شي تبه، ټوڅا، تنفسي ستونزي، د نفس بندیدل، د عضلاتو او سر دردونه وي. د ناروغي په سخت حالت کې کېدای شي د سږ و التهاب را منځ شي.

په خاصه توګه د زیات سن کسان او د اوږدې ناروغي کسان په خطر کې دي. پر ماشومانو د ناروغي علامې ډیر ساده او اسان وي.

اوسمهال داسې اټکل کېږي چې په ناروغي اخته کېدلو او د ناروغي ښکاره کېدلو تر منځ کېدای شي ۱۴ ورځې دوام وکړي.

یواځې د لابراتواری آزموینه له لارې کېدای شي ثابته شي، چې یو کس په دې نوي شکل کرونا ویروس اخته شوی دی.

## د حاملګی په وخت کې د ماشوم لپاره تریزون روسته د سرایت کوم خطر شتون لري؟

د حاملګی په وخت کې او یا د ماشوم د زېږون په وخت کې د ماشوم لپاره د سرایت خطر ډیر کم دی. اما که مور په ویروس اخته شوي وي، کېدای شي کرونا ویروس ماشوم ته ولېږدول شي. داسې ثبوتونه په لاس کې نه شته، چې که مور په کرونا ویروس او یا په

کوید - ۱۹ اخته شوې وي، د نا زوکړې ماشوم لپاره تلپاتې تاوان ولري او یا ماشوم معیوب وزیږي.

## آیا واکسین شتون لري؟

تر دې دمه د دې نوي کرونا ناروغي د مخنیوي لپاره کوم واکسین شتون نه لري. خو په ډیره بیره کار پر روان دی، چې یو واکسین وړاندې شي.

## آیا نور د ساتنی واکسینونه مرسته کولای شي؟

نور د تنفسي ناروغي واکسینونه د کرونا د ناروغي پر وړاندې ساتنه نه شي کولای. اما هغوی کولای شي د نورو تنفسي ناروغيو لکه (ګریپې) د سږ و التهاب د پڼیو کونکې په واسطه (مخنیوی وکړي نور واکسینونه کولای شي د ډبل واکسینونو مخنیوی وکړي.

## آیا واردونکي مالونه دا ناروغي انتقالولای شي؟

د مالونو، پستی مراسلو او یا د سفري بکسونه په اړه د خطرونه معلومات په لاس کې نه شته. هغه شیان، چې د ناروغه کس په دوام داری چاپیریال کې شتون لري، باید پاک وساتل شي.

## آیا زه په نوي کرونا ناروغي اخته شوی یم؟

که تاسې په خپل ځان کې علامې مشاهده کوئ او یا مو د یو کس سره اړیکې لرلې، چې هغه په نوي شکل کرونا اخته شوی وو:

■ که نښې په ځان کې وینئ خپل کورني ډاکټر ته تلیفون وکړئ. که هغه حاضر نه وو، د طبی نوکریوال ځای سره په دې نمبر تماس ونیسئ ۱۱۶ ۱۱۷.

په بیړني وخت کې ۱۱۲ نمبر ته تلیفون وکړئ.

■ تاسې له یو کس چې په کرونا ناروغي اخته شوی وو، تماس درلود، خو په ځان کې علامې نه وینئ، د عامه روغتیا یی ادارې (عامې روغتیا مرکز) \* سره تماس ونیسئ.

■ خپلې ډاکټرې او یا ډاکټر ته خبر ورکړئ، که تاسې مخکې کومه ناروغي ولری لکه د ویني لوړ فشار، د شکري ناروغي، د زړه ناروغي، اودوام داره د تنفس ناروغي ولری او یا تر داسې درملني لاندې یاست، چې د بدن ایمني ضعیفه کوي.

■ معلومات لاس ته راوړئ، چې تاسې چاته مراجعه کولای شئ، کوم احتیاطي ګامونه باید پورته کړئ، چې دا ناروغي نورو ته سرایت ونه کړي.

■ هیله ده، چې بېله مخکني وخت اخیستنې نه د ډاکټر کتنځې ته ور نه شئ. په دې وسیله تاسې خپل ځان او نور ژغورلای شئ!

■ بېله اړ تیا له نورو انسانانو سره تماس مه نیسئ او د امکاناتو په صورت کې په کور کې پاتې شئ.

■ د عامې روغتیا له ادارې سره اړیکې ونیسئ، که د اولادونو په سر پرستی کې مرستی ته اړتیا لری.

د خپلې سیمې عامې روغتیا اداره په لاندې ویبپاڼه کې پیدا کولای شئ:

[www.rki.de/mein-gesundheitsamt](http://www.rki.de/mein-gesundheitsamt)

همدا رنگه تاسې کولای شئ، د طبی عاجل نوکریوال ځای سره اړیکې ونیسئ. دا ځایونه د شپې له خوا، د اونۍ په پای کې، د رخصتو په ورځو کې په ټول المان کې نوکري لري او په دې نمبر ۱۱۶ ۱۱۷ خدمت ته حاضر دي.

## آيا د ماسک په وسيله د خولي ساتنه اړينه ده؟

داسې حالتونه شته، چې ۱،۵ متر فاصله نيول امکان نه لري. په داسې ځايونو کې د غير روغتيايي خولې او پوزي ساتنه، يعنې ورځني ماسک مرسته وکړي، د سارس کويد ۲ ويروس د خپرېدو مخنيوی وکړي.

د المان فدرالي ايالتونو د ورځني ماسک درلودلو لپاره د پيږدلو په وخت کې او په عامه

ترانسپورت کې مقررات صادر کړي. سيمه ايز بدلونونه او توپيرونه واقع کېدای شي. هيله کېږي، په خپل اوسېدنې ځای کې پلي کيدونکي مقرراتو ته توجه وکړي.

ورځني ماسکونه بايد تر يو ځل کارولو ورسته اصلاً په ۹۵ درجې خولو، تر لږه په ۶۰ درجې وينځل شي او وروسته بڼه وچ شي. په بل ډول کېدای شي ۱۰ دقيقې په يوه ديگي کې په اوبو کې و ايشول شي.

په هر صورت که تاسې ورځني ماسک هم ترلې وي: د امکان په صورت له نورو نه ۱،۵ متر فاصله وساتئ، د لاسونو پاک والي، بڼه توخا او ترچا ته توجه وکړئ

## آيا د ويروس وژونکي موادو نه استفاده اړينه دي؟

په منظمه او په بڼه توگه د لاسونو وينځل عموماً کفايت کوي. که د لاسونو وينځل امکان ونه لري، بيا نو ويروس وژونکي مواد گټور دي.

## قرنطيني گامونه کوم وخت اړيندي؟

کوم وخت چې تاسو په دې ناروغي اخته شوي ياست. که مو له يو کس سره تماس درلودلی وي، چې هغه په دې ناروغي اخته وي. که مربوط چارواکي د قرنطين کولو امر وکړي.

تاسې چه المان ته را داخل شئ، څنگه چلند بايد وکړي، په دې لاندې ويبپاڼه کې کولای شئ معلومات واخلي:

[www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus-merkblatt-fuer-reisende](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus-merkblatt-fuer-reisende)

## قرنطين څومره موده دوام کوي؟

د قرنطين دوره د عامې روغتيا ادارې له خوا تعين کېږي. په اسانه او ساده توگه د ناروغي د تيرېدو په وخت کې قرنطين په عمومي توگه دوې اونۍ دوام کوي. ددې مودې په بهير کې بايد تاسې په کور کې پاتې شئ. دا د هغو کسانو لپاره هم دي، چې له ناروغ کس سره نږدې تماس ولري.

دوې اونۍ هغه موده ده، نوې شکل کرونا ويروس SARS-CoV-2 سرایت وکړي او بيا د ناروغي علامې ښکاره شي او يا له ستوني نه د ويروس د ثبوت لپاره نمونه واخيستل شي د قرنطين د امر په وخت کې د مربوطه روغتيا ادارې له خوا تاسې خبرېږئ، چې تاسې د ناروغي د علامو تر ښکاره کېدو وروسته څه بايد وکړي او کوم شيانو ته توجه وکړئ. چې آيا تاسې د بيلگې په توگه د بدن حرارت (تبه) اندازه کوئ او قرنطين کوم وخت له منځه ځي.

## زه په کور کې د قرنطين په اړه بايد څه ته توجه وکړم؟

■ له تاسې سره يو ځای نارينه يا ښځينه اوسيدونکو سره له نږدې تماس نه ځان وژغورئ.

■ د کورنۍ له غړو، نارينه يا ښځينه دوستانو او اشنايانو نه و غواړئ، چې ستاسې لپاره سودا راوړي او د کور ددروازې مخي ته يې درته کېږدي.

■ متوجه اوسئ، چې آپارتمان يا کور ته په منظمه توگه تازه هوا راشي.

■ کاجوغي، پنجه او نور د آشپزخاني سامان د کورنۍ د غړو او يا نورو ښځينه او نارينه اوسيدونکو سره په گډه استفاده ونه شي. د آشپزخاني سامان او نور شيان بايد په منظم او اساسي توگه وينځل شي. لباسونه هم په دې ترتيب.

■ له خپل کورني ډاکټر او متخصص کتنځۍ سره اړيکي ونيسئ، چې که تاسې بېرته درملو ته او يا د ډاکټر درملني ته اړتيا لرئ.

■ خپلي ډاکټري او يا ډاکټر ته خبر ورکړئ، که تاسې توخا، ترچا، نفس تنگي او تبه لرئ.

■ د خپلې سيمي له ټولنيز مرسته کونکو سره اړيکي ونيسئ، که د اولادونو په سرپرستۍ کې مرستې ته اړتيا لرئ.

## په ټولنيز اوسېدونکي ځای کې زه بايد څه ته توجه وکړم؟

په ځان کې د ناروغي علامې مشاهده کوئ او يا مو له يو کس سره تماس درلود، چې هغه په نوي کرونا ويروس اخته شوی وو؟ که تاسې په يو استقبال مرکز او يا ټولنيز اوسېدنې ځای کې اوسېږئ، د هغه ځای آمر ته او يا خپل سرپرست ته خبر ورکړئ.

خپل مکتب، د ژبې کورس ځای، د کار زده کړې ځای او يا د کار ځای ته هم خبر ورکړئ.

## د ټول کورنۍ لپاره یو فوق العاده حالت

بحرانونه لکه د کورونا ناروغۍ د زیاتو کسانو لپاره د خپلې روغتیا، کورنۍ، د کار او دندې د ساتنې په اړه ډار رامینځته کوي. ستونزې او شخړې په کورنۍ کې دوالدینو او اولادونو تر مینځ او یا هم د ژوند کې ملګرو تر منځ زیاتېږي او زور اخلي.

### تاسې د هغوی پروړاندې داسې کولای شئ:

- پر ستونزو باندې پر وخت خبرې وکړې او یوه د حل لاره و موندئ
- د اړتیا په وخت کې یو بل کس ته د تلیفون له لارې وواياست، چې ستاسې څه حال دی.
- په منظم ډول تازه هوا ته ووزئ د هوا خوري لپاره او یا بایسکل چلولو لپاره
- په ګډه او منظمه توګه په کورنۍ کې یو له بله خبرې وکړئ، چې څوک کومې اړتیاوې او خواهیښونه لري.
- دا وخت به په ښه توګه هغه وخت تیر شي، چې د خپل ځان او نورو پر وړاندې حوصله ولرو او له ځانه سره فکر وکړو، چې دا فوق العاده حالت د ټولو لپاره ستونزمن دی.

په همدې وخت کې اړین ده، چې مثبت نظر له لاسه ور نه کړو او له خپلو ماشومانو سره په ګډه وخت تیر کړو.

### تاسې کولای شئ، له خپلو ماشومانو سره مرسته وکړئ

- په دې توګه چې د زده کړې، لوبې، خواږو او خوب لپاره ټاکلي وختونه د منظم مهالویش په توګه وټاکئ. د ټولې اونۍ لپاره یو مهال ویش جوړ کړئ او د ټولو لپاره یې په ښکاره توګه ځوړند کړئ.
- په دې توګه چې تاسې یې خپلو ماشومانو ته دهغوی پر سن په برابرې ژبه تشریح کړئ، چې ولې د اړیکو د محدودیت په وخت کې د بیلګې په توګه خپل نیا او نیکه او یا خپلو دوستانو ته نه شي ور تلای.
- په دې توګه چې تاسې له خپلو ماشومانو سره د هغوی پر احساساتو او ویره خبرې وکړئ. تاسې په زیاته حوصله د خپلو ماشومانو خبرې واورئ.
- په دې توګه چې تاسې باید زیاته توجه وکړئ، چې ماشومان مو دیر هغه څه چې په مید یا کې ویل کېږي، نه واورې.
- په دې توګه، چې تاسې توجه وکړئ، ماشومان مو په تازه هوا کې توبونه ووهي.
- هڅه وکړئ چې هغه څه ته پام وکړئ چې ستاسو ماشومان ښه فعالیت کوي او د هغه لپاره یې ستاینه وکړئ.

د کورونا - اخطار - اپ په وسیله کېدای شئ تاسې په مستعار ډول او ژر خبر شئ که چېرې تاسې د یوه کس په شاوخوا کې یاست، چې هغه په ویروس اخته شوي وي.



دا اپ په وړیا توګه له [App Store](#) او [Google Play](#) نه لاس ته راوړلای شئ.

## Impressum (Legal notice)

### Herausgeber (Published by)

Ethno-Medizinisches Zentrum Deutschland (EMZ e.V.)  
Ethno-Medical Center Germany Inc. (EMZ e.V.)  
30175 Hannover, Germany

E-Mail:

[ethno@salman.info](mailto:ethno@salman.info)

[info@ethnomed.com](mailto:info@ethnomed.com)

[miray@mimi.eu](mailto:miray@mimi.eu)

[www.covid-information.org](http://www.covid-information.org)

[corona-ethnomed.sprachwahl.info-data.info](http://corona-ethnomed.sprachwahl.info-data.info)

[www.mimi-gegen-gewalt.de](http://www.mimi-gegen-gewalt.de)

[www.mimi.bayern](http://www.mimi.bayern)

### Die COVID Alliance International

wurde durch das Ethno-Medizinische Zentrum Deutschland (EMZ e.V.) gegründet. Wir bieten aktuelle, zuverlässige und genaue Informationen über Gesundheit, Hygiene, Sicherheit und Aufklärung zur Coronavirus Pandemie an.

Unser Ziel ist es, Einheimische, Reisende, Migranten, Flüchtlinge und Personen ohne Papiere mit Informationen in mehr als 40 Sprachen zu unterstützen. Alle Informationen werden von Expert\*innen aus Universitäten, Gesundheitsämtern und staatlichen Behörden geprüft.

### The COVID Alliance International

was founded by the Ethno-Medical Center Germany (EMZ e.V.). We provide current, reliable and accurate information about health, hygiene, safety and education about the coronavirus pandemic.

Our goal is to support locals, travelers, migrants, refugees and undocumented people with information in more than 40 languages. All information is checked by experts from universities, health authorities and state authorities.

Stand (Current at): 1.10.2020

Design: eindruck.net

Bild (Photo): istock/AltoClassic

Quellen (Sources): BMG, RKI, BZgA, WHO, ECDC

URL-Verweise: Für Inhalte externer Seiten, auf die hier verwiesen wird, ist der jeweilige Anbieter verantwortlich.

URL: The content of any external pages for which links are provided here is the responsibility of the respective provider.

© Copyright Ethno-Medical Center Germany Inc. All rights reserved.

## نور معلوماتونه له کوم ځای نه لاس ته راوړلای

شم؟

د خپلې سیمې د عامې روغتیا اداره تاسې ته معلومات در کوي او ستاسې سره مرسته کوي. د عامې روغتیا ادارې د تلیفون نمبر له دي ویبپاڼې نه لاس ته راوړلای شئ:

[www.rki.de/mein-gesundheitsamt](http://www.rki.de/mein-gesundheitsamt)

د عامې روغتیا فدرالی وزارت (BMG)

د نوې شکل کرونا ویروس په اړه پر خپله ویبپاڼه معلومات وړاندې کوي:

[www.zusammengegenrecon.de](http://www.zusammengegenrecon.de)

عام تلیفون نمبر: ۰۳۰ ۳۶۶۳۶۵۱۰۰

د کون کسانو او یا د غوږونو ستونزې لرونو کسانو لپاره د سلا مشوري خدمات:

Fax: ۰۳۰ ۳۶۰ ۶۰ ۶۶ ۰۷

[info.deaf@bmg.bund.de](mailto:info.deaf@bmg.bund.de)

[info.gehoerlos@bmg.bund.de](mailto:info.gehoerlos@bmg.bund.de)

بیله خبرو کولو تلیفون:

[www.gebaerdentelefon.de/bmg](http://www.gebaerdentelefon.de/bmg)

روبرت – کوخ – انسیتوت (RKI) د کرونا په اړه په انترنت کې معلومات ورکوي:

[www.rki.de/DE/Home/homepage\\_node.html](http://www.rki.de/DE/Home/homepage_node.html)

د روغتیایی معلومات فدرالی مرکز (BZgA) د کرونا ویروس په اړه د زیاتو پوښتنو لپاره په دې انترنت پاڼه کې ځوابونه راټول کړي:

[www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)

د مهاجرت، ادغام او کلهوالو لپاره د فدرالی حکومت کمیشنر په ۲۲ ژبو معلوماتونه وړاندیز کوي:

[www.integrationsbeauftragte.de/corona-virus](http://www.integrationsbeauftragte.de/corona-virus)

د بهرنیو چارو وزارت په مربوطو سیمو کې د مسافرنو د امنیت په اړه په دي ویبپاڼه کې معلومات ورکوي:

[www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit](http://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit)

د قانوني صحي بیمې د ډاکټرانو ملي اتحادیه (KBV) د ناروغانو لپاره پراخه وړاندیزونه وړاندې کوي:

[www.116117.de/de/coronavirus.php](http://www.116117.de/de/coronavirus.php)

نړیوال روغتیایی موسسه (WHO) د نړۍ د وضعیت په اړه معلومات ورکوي:

[www.who.int](http://www.who.int)

