Наша Газета
nashagazeta.ch
Опубликовано на Швейцария: новости на русском языке (https://nashagazeta.ch)

Covid-19: рекомендации для праздничных дней | Covid-19: astuces pour les jours fériés

Автор: Заррина Салимова, Берн , 02.04.2021.

Армии шоколадных зайцев на полках в супермаркетах не дадут забыть о приближении Пасхи. Фото: Nashagazeta.ch

Федеральное управление здравоохранения (OFSP/BAG) напоминает, что коронавирус все еще здесь, поэтому во время встреч с друзьями и семейных праздников важно

соблюдать определенные правила.

|

L’Office fédéral de la santé publique (OFSP) rappelle que le coronavirus est toujours là. Il convient donc de suivre certaines règles lors des rencontres avec des amis et des fêtes en famille.

Covid-19: astuces pour les jours fériés

Накануне пасхальных выходных власти взывают к личной ответственности граждан. Напомним, что до победы над вирусом Швейцарии, судя по всему, еще далеко. Так, согласно санитарному бюллетеню от 1 апреля, за сутки власти зарегистрировали 1968 инфекций, 81 госпитализацию и 32 летальных исхода. Более того, число заражений за прошлую неделю выросло на 19,5% по сравнению с предыдущей. Таким образом, вирус продолжает распространяться, поэтому во время встреч с близкими и родными не лишним будет не забывать о мерах предосторожности.

Планируйте поездки

Ассоциация транспорта и окружающей среды (ATE) рекомендует не отправляться в поездку в пиковые часы. В онлайн-расписании SBB/CFF, например, указывается ожидаемая заполняемость каждого поезда. Ориентируясь на эту информацию, можно выбрать менее заполненный рейс. С учетом ожидаемого роста пассажиропотока в общественном транспорте ATE рекомендует продолжать соблюдать барьерные меры и напоминает, что маску нужно носить не только в поездах и автобусах, но также на платформах, остановках и вокзалах. ATE советует носить с собой достаточное количество запасных масок. Добавим, что с недавнего времени стало обязательным бронирование места для перевозки велосипеда с пятницы по воскресенье в междугородних поездах Intercity.

Сделайте тест

Если вы планируете навестить не прошедших вакцинацию пожилых родственников, то не забудьте предварительно сдать быстрый тест, чтобы обезопасить лиц из группы риска от заражения. Напомним, что положительный результат экспресс-теста на антиген должен быть подтвержден ПЦР-исследованием. Даже если тест оказался отрицательным, все равно необходимо соблюдать дистанцию. То же самое относится и к вакцинированным лицам, так как на данном этапе нельзя исключить, что они не могут передавать вирус.

Оцените возможные риски

Некоторые проблемы со здоровьем связаны с повышенным риском серьезного течения Covid-19 в случае заражения. Поэтому важно помнить, что не все, что разрешено, желательно для всех. Перед каким-либо семейным торжеством или встречей Минздрав предлагает каждому человеку ответить на ряд вопросов, чтобы оценить возможные последствия. Прежде всего, нужно понимать, представляет ли ваш возраст или уже имеющиеся у вас заболевания высокий риск развития тяжелой формы Covid-19. Далее спросите себя, чем рискует человек, с которым вы собираетесь встретиться, и соответствует ли его поведение вашим ожиданиям. Перед встречей расскажите другому человеку, что для вас важно. Подумайте о том, насколько значимо то или иное мероприятие для вашего благополучия. Наконец,

определите свои собственные правила, которым вы хотите следовать, чтобы защитить себя и других. Например, носить маску, регулярно дезинфицировать руки, встречаться на свежем воздухе, четко определить и ограничить группу людей, с которыми вы контактируете. Напомним, что Минздрав рекомендует встречаться с как можно меньшим количеством людей.

Пикник вместо обеда в помещении

Риск распространения вируса увеличивается в закрытом помещении, поэтому OFSP/BAG рекомендует проводить встречи на свежем воздухе, например, устроить пикник в парке, провести пасхальный бранч на террасе, сходить с детьми на прогулку в лес вместо детской площадки. Помните, что в помещении могут собираться не более десяти человек. Если вы планируете поездки за границу, то заранее узнайте о действующих в других странах правилах и о требованиях возвращения в Швейцарию.

Маски, дистанция, гигиена

В целом, помните, что самые простые меры остаются самыми действенными: носите маски, соблюдайте дистанцию, регулярно мойте руки и проветривайте помещения. На сайте OFSP/BAG отмечается, что исключение может быть сделано в одном случае. Так, если вы полностью вакцинированы, то при личной встрече с полностью вакцинированными людьми вы можете обойтись без защитных мер. Полная вакцинация означает, что вы получили обе дозы и прошло 14 дней с момента введения второй инъекции. Тем не менее, даже если вы будете следовать всем правилам, заражение все равно возможно. Все рекомендации экспертов вы найдете на специальной странице OFSP/BAG.

CoVid-19
вакцина от коронавируса; Covid-19

Source URL:
https://nashagazeta.ch/news/sante/covid-19-rekomendacii-dlya-prazdnichnyh-dney