



الأسئلة الشائعة حول إرشادات إعادة فتح الولاية إرشادات ارتداء الأقنعة وواقيات الوجه وأغطية الوجه (آخر تحديث 8-18-2020)

في ما يلي إجابات للأسئلة الشائعة حول إرشادات إعادة الفتح على مستوى الولاية الخاصة بالأقنعة وواقيات الوجه وأغطية الوجه الصادرة عن هيئة صحة أوريغون. توفر هيئة صحة أوريغون هذه الأسئلة الشائعة لمساعدة الجمهور على فهم الإرشادات والرد على أسئلة أصحاب المصلحة وتوضيح كيفية تطبيق الإرشادات في سيناريوهات محددة. قد يتم تحديث هذه الأسئلة الشائعة بشكل متقطع. لا يُقصد من الأسئلة الشائعة أن تحل محل الإرشادات ولكن الغرض منها المساعدة في تفسير تفاصيل الإرشادات وتكتملتها وتوفيرها.

لأغراض هذه الأسئلة الشائعة، تنطبق التعريفات التالية:

- "غطاء الوجه" يعني غطاء الوجه من قماش أو الورق أو المخصص للاستخدام لمرة واحدة يغطي الأنف والفم.
- "واقي الوجه" يعني واقي بلاستيكي شفاف يغطي الجبهة، ويمتد تحت الذقن، ويلتف حول جوانب الوجه.
- "القناع" يعني القناع الطبي.

الأسئلة حول الإرشادات على مستوى الولاية:

س 1: هل يجب عليّ ارتداء قناع أو واقي للوجه أو غطاء للوجه في الأماكن العامة؟

ج 1: نعم، في معظم منشآت الأعمال وفي الأماكن الداخلية المفتوحة للجمهور، يُطلب من الأفراد البالغين من العمر 5 أعوام فأكثر ارتداء قناع أو واقي للوجه أو غطاء للوجه.

للاطلاع على قائمة منشآت الأعمال التي تتطلب ارتداء أقنعة أو واقيات للوجه أو أغطية للوجه، راجع الإرشادات على مستوى الولاية.

يُوصى بشدة أن يرتدي الجميع، بما في ذلك الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين عامين و5 أعوام، قناعاً أو واقياً للوجه أو غطاءً للوجه في جميع الأوقات في الأماكن العامة الداخلية والخارجية. ولهذا الأمر أهمية خاصة في الأماكن التي يكون فيها الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بأمراض خطيرة أو الوفاة وحيث لا يستطيع الأشخاص الحفاظ على مسافة التباعد الجسدي التي لا تقل عن ستة (6) أقدام من الآخرين غير أفراد عائلاتهم.

س 2: هل هناك استثناءات من متطلبات ارتداء القناع وواقي الوجه وغطاء الوجه؟

ج 2: هناك أوقات محدودة عندما لا تضطر إلى ارتداء قناع أو واقي للوجه أو غطاء للوجه في موقع مشمول بالإرشادات على مستوى الولاية، ولكن لا توجد استثناءات:

- الأتقنة أو أغطية الوجه أو واقيات الوجه ليست مطلوبة للموظفين أو المتعاقدين أو المتطوعين عندما لا يكون للموظف أو المتعاقد أو المتطوع وظيفة تتطلب التفاعل مع الجمهور ويمكن أن يبقى على بُعد مسافة ستة (6) أقدام أو أكثر من الأشخاص الآخرين. مثال على ذلك المستودع الكبير جيد التهوية الذي يمكن فيه الحفاظ

دائمًا على أكثر من ستة (6) أقدام بين الأشخاص ولا يستطيع العامة الدخول إليه.

- الأفتعة أو واقيات الوجه أو أغطية الوجه غير مطلوبة أثناء تناول الطعام أو الشراب. إلا أن المساحات الداخلية ترتبط عمومًا بزيادة خطر انتقال الفيروس. وإن أمكن حدد مساحة خارجية مفتوحة لتناول الطعام والشراب.
- الأفتعة أو أغطية الوجه أو واقيات الوجه ليست مطلوبة للأفراد الذين يشتركون في أي نشاط يجعل ارتداء القناع أو واقى الوجه أو غطاء الوجه غير ممكن، مثل السباحة أو العزف على آلات موسيقية.
- يمكن خلع الأفتعة أو واقيات الوجه أو أغطية الوجه لفترة وجيزة في المواقف التي يلزم فيها التأكد من الهوية عن طريق المقارنة البصرية، مثل البنوك أو في حالة التعامل مع سلطات إنفاذ القانون. إن أمكن، قلل من الكلام عند إزالة الغطاء لأن الكلام ينتج عنه رذاذ وقطرات قد تحتوي على فيروسات.

س 2 (أ): هل هناك استثناءات دينية من ارتداء قناع أو واقى للوجه أو غطاء للوجه؟

ج 2 (أ): لا. هناك أوقات محدودة عندما لا تضطر إلى ارتداء قناع أو واقى للوجه أو غطاء للوجه في موقع مشمول بالإرشادات على مستوى الولاية. فعلى سبيل المثال، الأفتعة أو واقيات الوجه أو أغطية الوجه غير مطلوبة عند التواجد في منشأة عمل أو في مكان داخلي أو خارجي مفتوح للجمهور والمشاركة في نشاط يجعل ارتداء قناع أو واقى للوجه أو غطاء للوجه غير ممكن، مثل السباحة أو العزف على آلات موسيقية. يعتبر ارتداء الأفتعة أو أغطية الوجه أو واقيات الوجه ضروريًا عند الغناء أو العزف على الآلات الموسيقية. انظر الرد الوارد أعلاه لمزيد من المعلومات.

س 3: ماذا يجب أن أفعل إذا دخل عميل أو زائر محتمل لا يرتدي قناعًا أو واقياً للوجه أو غطاءً للوجه إلى مكان العمل أو المكان العام الداخلي أو الخارجي المفتوح الذي يأتي ضمن مسؤوليتي؟

ج 3: يمكنك تقديم قناع أو واقى للوجه أو غطاء للوجه للعميل أو الزائر. ويجب على منشآت الأعمال والأشخاص المسؤولين عن الأماكن الداخلية والخارجية المفتوحة للجمهور، ولكن ليس مطلوبًا منهم، أن يوفروا، بدون تكلفة، أغطية للوجه أحادية الاستخدام للعملاء أو الزوار الذين ليس لديهم واحدة.

س 3 (أ): ماذا أفعل إذا حضر عميل أو زائر محتمل لا يرتدي قناعًا أو واقياً للوجه أو غطاءً للوجه ويدعي أن إعاقته تمنعه من ارتداء قناع أو واقى للوجه أو غطاء للوجه؟

ج 3 (أ): إذا كان شخص يعاني من إعاقة لا تسمح له بارتداء قناع أو واقى للوجه أو غطاء للوجه، فسيتمتع على المكان العام، مثل منشأة عمل أو مكان مفتوح للجمهور، العمل مع هذا الشخص لإجراء تعديل معقول للحصول على الخدمات، مثل خدمة التسليم من داخل السيارة أو التسليم أو موعد عن طريق الهاتف أو الفيديو. لا يشمل التعديل المعقول مجرد السماح للعميل بالدخول دون ارتداء قناع أو غطاء للوجه أو واقى للوجه.

س 3 (ب): هل يمكنني أن أسأل شخصًا يزعم أن إعاقته تمنعه من ارتداء قناع أو واقى للوجه أو غطاء للوجه الاطلاع على ملاحظة الطبيب أو يمكنني أن أطلب منه معلومات محددة حول إعاقته؟

ج 3 (ب): لا، لا يجب أن تطلب من أحد الأشخاص ذوي الإعاقة الاطلاع على ملاحظة الطبيب أو أي دليل مماثل آخر على إعاقته. إذا أبلغك الشخص بأنه غير قادر على ارتداء قناع أو واقى للوجه أو غطاء للوجه، فيجب عليك التفكير في التعديلات المعقولة التي يمكنك إجراؤها للسماح للشخص بالحصول على الخدمات.

س 3 (ج): ماذا لو رفض الشخص ارتداء قناع أو واقى للوجه أو غطاء للوجه ولم يكن لديه إعاقة تمنعه؟

ج 3 (ج): يجب أن يرفض المكان تقديم الخدمة له.

س 4: هل هناك استثناءات من شرط ارتداء القناع أو واقى الوجه أو غطاء الوجه للموظفين الذين يقولون إنهم لا يستطيعون ارتداء القناع؟

ج 4: لا. بصرف النظر عن المواقف التي يكون فيها الموظفون في أو في موقع لا يتفاعلون فيه مع الجمهور ويمكن

الحفاظ على مسافة ستة (6) أقدام أو أكثر بينهم وبين الأشخاص الآخرين، يجب على الموظفين الامتثال لمتطلبات ارتداء القناع. إذا لم يستطع الموظف ارتداء قناع أو واقي الوجه أو غطاء الوجه بسبب إعاقة، فيجب على صاحب العمل التعاون مع الموظف لتحديد ما إذا كان يمكن إجراء ترتيب خاص معقول. يجب على صاحب العمل التعاون مع قسم الموارد البشرية لديه أو التحدث إلى مستشاره القانوني لتحديد خياراته القانونية لمعالجة هذه المشكلة. ويمكن لأصحاب العمل أيضاً التواصل مع مكتب العمل والصناعات (BOLI) للحصول على المساعدة الفنية.

س 5: ما الذي يجب أن يفعله مزود خدمة النقل إذا حاول أحد العملاء ركوب الحافلة وقال إنه يعاني من حالة صحية تمنعه من ارتداء قناع/غطاء للوجه؟

ج 5: يجب أن يقوم مزود خدمة النقل بترتيب وسيلة نقل منفصلة للشخص أو إجراء بعض الترتيبات المعقولة الأخرى لتوفير وسيلة النقل لهذا الشخص، ولكن لا يجب السماح للشخص بركوب الحافلة.

س 6: إذا كان الشخص لا يستطيع أو لا يرتدي قناعاً أو غطاءً للوجه، ولكن لديه واقي للوجه، فهل يفي ذلك بالمتطلبات؟

ج 6: نعم، يعد واقي الوجه الذي يغطي الجبهة ويمتد أسفل الذقن ويلتف حول جوانب الوجه مقبولاً.

س 7: هل يعتبر قناع الوجه البلاستيكي الخاص بالطهارة الذي يغطي الذقن والفم مقبولاً كقناع أو واقي وجه أو غطاء وجه؟

ج 7: لا، يجب أن يغطي واقي الوجه الجبهة ويمتد إلى الذقن ويلتف حول جوانب الوجه.

س 8: هل تصدر الحكومة أية مستندات للأشخاص ذوي الإعاقة تنص على أنه ليس على الشخص ارتداء قناع أو واقي وجه أو غطاء وجه؟

ج 8: لا، لا تصدر الحكومة المستندات التي تعفي الشخص من متطلبات ارتداء القناع أو واقي الوجه أو غطاء الوجه.

س 9: أين يمكنني الحصول على مزيد من المعلومات حول قانون الأمريكيين ذوي الإعاقة (ADA) وتوفير ترتيبات خاصة للأشخاص ذوي الإعاقة؟

ج 9: هناك بعض الموارد الجيدة، وفيما يلي روابط لبعض منها:

- [موجز قضايا الإعاقة، وقانون الأمريكيين ذوي الإعاقة \(ADA\)، وسياسات قناع الوجه](#)
- [مذكرة استشارية صادرة عن إدارة السلامة والصحة المهنية بولاية أوريغون](#)
- يمكن لبرنامج المساعدة الفنية لأصحاب العمل التابع لمكتب العمل والصناعات (BOLI) توفير إرشادات بشأن عملية الترتيبات المعقولة من خلال الاتصال على الرقم 971-673-0824 أو عبر البريد الإلكتروني bolita@boli.state.or.us

يجب على أولئك الذين يعانون من التمييز بسبب الإعاقة، بما في ذلك الحرمان من الخدمة دون إجراء تعديل معقول التواصل مع قسم الحقوق المدنية التابع لمكتب العمل والصناعات على الرقم 971-673-0764 أو عبر البريد الإلكتروني crdemail@boli.state.or.us

س 10: هل سأضطر إلى ارتداء قناع أو واقي وجه أو غطاء وجه عند الحصول على الخدمات الحكومية أو دخول مباني حكومية؟

ج 10: يُرجى الاتصال بالهيئة الحكومية زيارة موقعها الإلكتروني قبل الذهاب إلى الموقع لتحديد ما إذا كانت أبوابها مفتوحة لاستقبال الجمهور.

يجب غطاء الوجه لعمليات الهيئات الحكومية التي تعمل في شكل "عمليات البيع بالتجزئة" ومفتوحة للجمهور العام.

تشمل الأمثلة على "عمليات البيع بالتجزئة" المكاتب الميدانية لإدارة المركبات، وبرنامج فحص المركبات التابع لإدارة الجودة البيئية، والمكاتب الميدانية التابعة لإدارة الخدمات البشرية.

صدرت تعليمات للمكاتب الميدانية للهيئات الحكومية بإنشاء أماكن لخدمة العملاء غير القادرين على ارتداء قناع أو واقي للوجه أو غطاء للوجه بسبب إعاقة أو الذين يرفضون ارتداء قناع أو واقي للوجه أو غطاء للوجه - على سبيل المثال، منطقة بعيدة عن عملاء آخرين مع تثبيت حاجز زجاجي بين الموظف والعميل.

سُيُعرض على العملاء غطاء وجه إذا لم يكن لديهم غطاء.

يجب ارتداء الأقفلة أو واقيات الوجه أو أغطية الوجه في المناطق المشتركة داخل مباني المكاتب الحكومية مثل الردهات والحمامات وقاعات الغداء المفتوحة للجمهور.

س 11: هل يجب ارتداء الأقفلة أو واقيات الوجه أو أغطية الوجه في المناطق المشتركة داخل المباني الحكومية المفتوحة للجمهور؟

ج 11: نعم، تطبق متطلبات ارتداء القناع أو واقي الوجه أو غطاء الوجه في المباني الحكومية المحلية إذا كانت مفتوحة للجمهور العام.

س 12: هل إرشادات ارتداء القناع وغطاء الوجه وواقي الوجه على مستوى الولاية تنطبق على منشآت العمل الخاصة غير المفتوحة للجمهور؟

ج 12: لا. قائمة كاملة بمنشآت الأعمال والأماكن العامة المطلوب منها اتباع هذه الإرشادات توجد في إرشادات ارتداء القناع وغطاء الوجه وواقي الوجه على مستوى الولاية. يتعين على أصحاب الأعمال للمنشآت المسرودة في هذه الإرشادات ومشغلي الأماكن العامة تنفيذ الإرشادات في الأماكن الداخلية والخارجية.

س 13: ما الإرشادات بشأن ارتداء الأقفلة أو واقيات الوجه أو أغطية الوجه في الأماكن الداخلية والخارجية حيث لا يوجد تعرض للجمهور، مثل مصنع تصنيع؟

ج 13: إن شرط ارتداء القناع أو واقي الوجه أو غطاء الوجه لا يتعلق فقط بحماية الجمهور. بل يتعلق بحماية الموظفين الآخرين أيضًا. إذا كانت المنطقة المغلقة ليست شركة أو مكانًا داخليًا أو خارجيًا مفتوحًا للجمهور، كما هو محدد في الإرشادات، فليست هناك حاجة إلى ارتداء الأقفلة أو واقيات الوجه أو أغطية الوجه. ومع ذلك، ما يزال من الممكن انتقال فيروس COVID-19 في هذه الأماكن. وبالتالي، في كل الأماكن، يوصى بشدة بارتداء الأقفلة وواقيات الوجه وأغطية الوجه وتحديدًا إذا لم يتمكن الأشخاص من الحفاظ على مسافة لا تقل عن ستة أقدام بينهم وبين الآخرين. يمكن الحد كثيرًا من مخاطر انتقال الفيروس عن طريق زيادة التهوية (على سبيل المثال، عن طريق فتح النوافذ والأبواب) إلى أقصى حد ممكن.

س 14: إذا كان الموظف يعمل خلف زجاج شبكي، فهل يجب على هذا الموظف ارتداء قناع أو واقي للوجه أو غطاء للوجه؟

ج 14: نعم. يجب على الموظفين والمقاولين والمتطوعين ارتداء قناع أو واقي وجه أو غطاء وجه في منشآت الأعمال والأماكن العامة الداخلية والخارجية على النحو المحدد في إرشادات ارتداء القناع وغطاء الوجه وواقي الوجه على مستوى الولاية. الأقفلة أو أغطية الوجه أو واقيات الوجه ليست مطلوبة للموظفين أو المتعاقدين أو المتطوعين عندما لا يكون للموظف أو المتعاقد أو المتطوع وظيفة تتطلب التفاعل مع الجمهور ويمكن أن يبقى على بُعد مسافة ستة (6) أقدام أو أكثر من الأشخاص الآخرين. مثال على ذلك المستودع الكبير جيد التهوية الذي يمكن فيه الحفاظ دائمًا على أكثر من ستة (6) أقدام بين الأشخاص ولا يستطيع العامة الدخول إليه.

س 15: هل يجب أن تتقيد مرافق رعاية الأطفال والمدارس بمتطلبات ارتداء القناع وواقي الوجه وغطاء الوجه على مستوى الولاية؟

ج 15: لا. يجب أن تتقيد مرافق رعاية الأطفال بالإرشادات المحددة لقطاع رعاية الأطفال وتتقيد المدارس بإرشادات إدارة التعليم بولاية أوريغون التي تتضمن متطلبات وتوصيات بشأن ارتداء الأقنعة وواقيات الوجه وأغطية الوجه للموظفين والطلاب والزوار والمتطوعين.

س 16: هل إرشادات ارتداء القناع وواقى الوجه وغطاء الوجه على مستوى الولاية تنطبق على مؤسسات التعليم العالي (الكلية والجامعات)؟

ج 16: نعم. تنطبق الإرشادات على الأماكن العامة الداخلية والخارجية في مؤسسات التعليم العالي.

س 17: هل إرشادات ارتداء القناع وواقى الوجه وغطاء الوجه على مستوى الولاية تنطبق على مواقع أعمال التشييد والبناء المفتوحة؟

ج 17: نعم. وإذا كان يتعذر الالتزام بالتباعد الجسدي، فيجب على عمال البناء في مواقع العمل المفتوحة ارتداء قناع أو غطاء للوجه أو واقى للوجه.

س 18: هل إرشادات ارتداء القناع وواقى الوجه وغطاء الوجه على مستوى الولاية تنطبق على المعسكرات الصيفية التي تعمل في هذه المقاطعات؟

ج 18: لا. في جميع المقاطعات، يجب أن تتقيد المعسكرات الصيفية بإرشادات معسكرات الطلاب الصيفية النهارية على مستوى الولاية، والتي تتضمن متطلبات وتوصيات بشأن ارتداء الأقنعة وواقيات الوجه وأغطية الوجه للموظفين والطلاب والزوار والمتطوعين.

س 19: ما العوائق التي قد يواجهها الأشخاص الملونون عند ارتداء أغطية الوجه؟

ج 19: قد يعاني الأشخاص الملونون من المضايقات والتحيز والاستبعاد أو ردود الفعل أو الآثار السلبية الأخرى عند ارتداء الأقنعة أو أغطية الوجه. وقد يكون هذا بسبب التحيز العنصري أو الصورة النمطية أو التمييز. قد يكون هذا التمييز مخالفاً لقانون ولاية أوريغون. لا يسمح قانون ولاية أوريغون بجرائم الكراهية أو التحيز. تعد جريمة الكراهية أو التحيز عمل إجرامي، بما في ذلك الاتصال الجسدي المسيء أو الاعتداء أو تلف الممتلكات أو التهديدات، التي قد تكون مدفوعة من قبل تصور شخص آخر:

- العرق، أو
- اللون، أو
- الإعاقة، أو
- الدين، أو
- الأصل القومي، أو
- التوجه الجنسي، أو
- الهوية الجنسية.

حوادث التحيز هي أي تعبير معادي تجاه شخص آخر، بما في ذلك لغة الكراهية أو السخرية أو التقليد أو الاستبعاد أو الرفض التمييزي للخدمة، فيما يتعلق بالفئة المحمية المتصورة للشخص الآخر (المذكورة أعلاه).

الشخص الذي يواجه جريمة/أو حادث تحريض على الكراهية أو التحيز بسبب ارتداء قناع أو غطاء للوجه أو واقى للوجه في الأماكن العامة لديه موارد متاحة لمساعدته. للإبلاغ عن جريمة التحيز، اتصل بهيئة إنفاذ القانون على الرقم 911. للإبلاغ عن حادث تحيز، اتصل بإدارة العدل في ولاية أوريغون على الرقم 1-844-924-BIAS (2427).

اطلب الرقم 711 لخدمة الترحيل إلى ولاية أوريغون. لمزيد من المعلومات، انتقل إلى StandAgainstHate.Oregon.gov. لتقديم شكوى بشأن الحقوق المدنية، تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني لمكتب العمل والصناعات (BOLI) أو اتصل على الرقم 971-673-0764.

س 20: ما العوائق التي قد يواجهها الأشخاص ذوي الإعاقة عندما يرتدي أشخاص آخرون أقنعة أو واقيات للوجه أو أغطية للوجه؟

ج 20: العوائق التي قد يواجهها الأشخاص ذوي الإعاقة تشمل:

- يحتاج بعض الأشخاص إلى رؤية حركات الفم أو تعابير الوجه لمعرفة ما تقوله.
- بعض الأشخاص الذين يعانون من إعاقات أو اختلافات في النمو يمكن أن يسيئون قراءة تعبيرات الوجه أو يسيئون تفسيرها. قد يواجه الشخص صعوبة في فهم المشاعر من خلال نبذة الصوت وحدها. إذا كنت ترتدي قناعاً، فقد يحصلون على إشارات فقط من عينيك أو حاجبيك، مما قد يؤدي إلى تفسير سلبي أو سوء فهم لعاطفة المتحدث أو قصده.
- بعض الأشخاص الذين يعانون من صعوبة في السمع يقرؤون الشفاه. يمكن أن تنقل حركات الفم وتعابير الوجه الكثير من المعلومات وتمنع الأقنعة غير الواضحة الأشخاص من رؤية فم المتحدث.
- تستخدم لغة الإشارة الفم لإيصال كلمات ومعاني معينة. عندما يحجب غطاء الوجه فم الشخص، يكون من الصعب على الأشخاص الذين يستخدمون لغة الإشارة التواصل.

يجب على أصحاب العمل ومسؤولي الأماكن العامة العمل مع الأشخاص ذوي الإعاقة لإجراء ترتيبات معقولة تسمح للموظف بالقيام بعمله أو السماح للشخص بالوصول إلى الخدمات. ويجب على أولئك الذين حُرِّموا من ترتيبات معقولة الاتصال **بقسم الحقوق المدنية** بمكتب العمل والصناعات (BOLI) على الرقم 971-673-0764 أو عبر البريد الإلكتروني crdemail@boli.state.or.us.

س 21: كيف يمكنني التواصل بشكل جيد بينما أرتدي قناعاً أو واقياً للوجه أو غطاءً للوجه حتى يفهم أحد الأشخاص ذوي الإعاقة ما أقوله؟

ج 21: احرص على وضع خطة لاستخدام وسائل التواصل الأخرى مثل:

- استخدام إيماءات اليد أو لغة الإشارة حسب الاقتضاء
- تجهيز مفكرة وقلم (مع اتباع إرشادات التنظيف المناسبة)
- توفير إرشادات مطبوعة مع الصور والطباعة بالحروف الكبيرة
- توفير لوحة للكتابة وقلم سبورة مع الحرص على تطهيرهما بين كل استخدام
- تنزيل تطبيق تحويل الكلام الصوتي إلى نص على هاتفك (مع اتباع إرشادات التباعد الجسدي المناسبة)

س 22: هل يمكن تساعد أغطية الوجه الشفافة في حلّ العوائق المذكورة أعلاه؟

ج 22: نعم. قد تمنع أغطية الوجه الصلبة القدرة على رؤية الوجه بالكامل. قد يعتمد الأشخاص ذوو الإعاقة على رؤية وجه المتحدث للتواصل بشكل جيد وتفسير المواقف.

عادةً ما يفضل الأشخاص الصم أو ضعاف السمع أغطية الوجه الشفافة، مثل واقيات الوجه. إذ يمكن لهذه الأغطية تسهيل التواصل.

الرداذ الجوي والقطرات التي تخرج مع السعال أو العطس يمكن حجبها جزئياً فقط بواسطة الأقنعة وأغطية الوجه وواقيات الوجه. لهذا السبب، ما تزال هيئة الصحة بولاية أوريغون توصي بما يلي:

- الحد من الأنشطة الاجتماعية والترفيهية حيث لا يمكن إجراء التباعد بين الأشخاص بمسافة ستة (6) أقدام.
- البقاء على بُعد مسافة ستة (6) أقدام على الأقل من الآخرين خلال الذهاب للضرورة إلى محلات البقالة أو الصيدليات أو مرافق الرعاية الصحية أو الأماكن الأساسية الأخرى.

- تغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس باستخدام منديل ثم التخلص من المنديل مباشرة؛ أو السعال أو العطس في ثنية الكوع، بدلاً من السعال أو العطس في اليدين. استمر في تنظيف اليدين بالماء والصابون أو بمطهر يدين.
 - تجنب لمس العينين أو الأنف أو الفم.
 - تنظيف اليدين باستمرار وبشكل جيد باستخدام الماء والصابون أو استخدام مطهر لليدين (يحتوي على كحول بنسبة 60 إلى 95%) في حال تعذر غسل اليدين.
 - في حال الشعور بالمرض، يجب العزل ذاتياً. وعدم الذهاب إلى العمل، والابتعاد عن العائلة والأصدقاء. ويجب الاستمرار في العزل حتى بعد 72 ساعة من زوال أعراض الحمى والسعال دون استخدام الأدوية الخافضة للحمى.
- يمكنك صنع أغطية وجه شفافة وغير معتمدة من قبل إدارة الأغذية والعقاقير (FDA) في المنزل. وبإمكانك العثور على قالب لغطاء الوجه الشفاف [هنا](#).

يُرجى الرجوع إلى إرشادات ارتداء القناع وغطاء الوجه وواقي الوجه على مستوى الولاية عند إعادة الفتح.

س 23: هل هناك من لا يجب عليه ارتداء قناعاً أو واقياً للوجه أو غطاءً للوجه؟

ج 23: لا يجب على الأشخاص التاليين عدم ارتداء قناع أو واقٍ للوجه أو غطاء للوجه:

- الأطفال تحت سن عامين.
- أي شخص لا يستطيع ارتداء قناع أو واقٍ للوجه أو غطاء للوجه بأمان بسبب إعاقة أو حالة طبية، وفي هذه الحالة يجب طلب إجراء ترتيبات خاصة.
- أي شخص يعاني من صعوبة في التنفس، أو غير مدرك، أو غير قادر على ارتداء غطاء الوجه، أو خلعه أو إزالته بدون مساعدة.

س 24: هل الأغطية المزودة بصمامات الزفير مقبولة للأشخاص الذين يُطلب منهم ارتداء الأغطية؟

ج 24: لا. الغرض من الأغطية المزودة بصمامات الزفير هو تسهيل التنفس ومنع تراكم الرطوبة. واعتماداً على نوع القناع وملاءمة القناع، يمكن لهذه الأغطية حماية مرتديها من استنشاق القطرات والهباء الجوي. ومع ذلك، فإن معظم هذه الأغطية والأغطية لا تقوم بنصفية هباء وقطرات الزفير أو القسرية لأن صمام الزفير غير مزود بفلتر. وتعد هذه الأغطية غير مقبولة لمنع انتقال الميكروبات. ولا تعد مقبولة إلا في الحالات التي لا تكون فيها الأغطية أو واقيات الوجه أو أغطية الوجه مطلوبة.

س 25: ما التوصية المناسبة للعمر بخصوص الأغطية أو واقيات الوجه أو أغطية الوجه للأطفال عندما يكونوا في الخارج؟

ج 25: يعد القناع أو واقٍ الوجه أو غطاء الوجه ضرورياً لجميع الأشخاص ممن هم في عمر خمس (5) أعوام وأكثر عندما يكونوا في أماكن عامة خارجية ويكون الحفاظ على التباعد الجسدي بمسافة ستة (6) أقدام غير ممكن. هيئة الصحة بولاية أوريغون **توصي بشدة** بأن يرتدي الأشخاص، بما في ذلك الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين عامين و5 أعوام، قناعاً أو واقياً للوجه أو غطاءً للوجه في جميع الأوقات عند التواجد في الأماكن الخارجية المفتوحة حيث لا يمكنهم باستمرار الالتزام بمسافة التباعد الجسدي البالغة ستة (6) أقدام على الأقل. وينطبق الشيء نفسه في جميع الأماكن العامة الداخلية وخاصةً في الأماكن التي لا يحتمل أن يحافظ فيها الأشخاص على الالتزام بمسافة التباعد الجسدي البالغة ستة (6) أقدام على الأقل، وفي الأماكن التي يجب أن يذهب فيها الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بالعدوى.

س 26: هل القناع أو واقٍ الوجه أو غطاء الوجه يحمي من الإصابة بمرض كوفيد-19؟

ج 26: إن الأقمعة أو واقبات الوجه أو أغطية الوجه تقلل من انتشار مرض كوفيد-19. وهذا يشمل انتشار المرض من الأشخاص الحاملين للفيروس ولكن لا تظهر عليهم أي أعراض. ونظرًا لأن ولاية أوريغون تعيد فتح الأنشطة التجارية والأماكن العامة، يعد اتباع الإرشادات أدناه أكثر أهمية من ذي قبل:

- الزم المنزل إذا شعرت بالمرض.
- إذا كنت أكثر عرضة للإصابة بالمرض، فابقَ في المنزل قدر الإمكان حتى إذا كنت تشعر بصحة جيدة.
- إذا أصبت بالمرض أثناء التواجد في مكان عام، فارجع إلى المنزل واعزل نفسك عن الآخرين واتصل بمقدم الرعاية الصحية المتابع لك.
- اغسل يديك كثيرًا.
- احرص على تنظيف وتطهير الأشياء والأسطح التي تلمسها كثيرًا.
- احرص على تغطية الفم والأنف عند السعال والعطس بالمنديل أو العطس في ثنية الكوع.
- لا تلمس وجهك.
- التزم بتدابير التباعد الجسدي بحيث تترك بينك وبين الذين لا يعيشون معك مسافة ستة (6) أقدام.
- تجنب الرحلات الليلية واسلك أقصر مسار ممكن للحصول على الخدمات الأساسية.

س 27: أين يمكنني الحصول على مزيد من المعلومات حول أغطية الوجه، مثل كيفية صنعها وأين يمكن الحصول عليها ونصائح أخرى؟

ج 27: يمكنك زيارة [الموقع الإلكتروني لمراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها](#) للحصول على المزيد من المعلومات.

س 28: هل من الآمن ارتداء قناع أو غطاء وجه من القماش لفترات طويلة من الوقت؟

ج 28: نعم. ارتداء القناع لفترات طويلة من الوقت أمر شائع في العديد من المهن لحماية العمال. وتتضمن بعض الأمثلة العاملين في مجال الرعاية الصحية (على سبيل المثال، إجراء جراحة لفترة طويلة)، والعاملين في البناء والتشييد (على سبيل المثال، الحماية من الغبار والجزيئات الأخرى)، والعاملين في مجال البيئة (على سبيل المثال، علاج العفن).

س 29: ماذا لو شعرت بعدم الراحة بارتداء غطاء وجه؟

ج 29: يجب على الأشخاص الذين يشعرون بعدم الارتياح عند ارتداء غطاء للوجه من القماش لفترات طويلة التفكير في مادة قماش بديلة وأخذ فترات راحة قصيرة متكررة أثناء الابتعاد عن الأشخاص، حسب الحاجة.

س 30: ما الطريقة الصحيحة لارتداء غطاء الوجه المصنوع من القماش؟

ج 30: فيما يلي إرشادات حول كيفية ارتداء غطاء للوجه من القماش:

- اغسل يديك قبل ارتداء غطاء الوجه
- ضع الغطاء على أنفك وفمك. وإذا كنت ترتدي قناعًا، فقم بتثبيتته تحت ذقنك
- احرص على التنفس بسهولة.
- لا تضع الغطاء على رقبته أو على جبهته
- لا تلمس غطاء الوجه أثناء ارتدائه. وإذا لمست الغطاء، فاغسل يديك بعد ذلك

س 31: ما الطريقة الصحيحة لإزالة غطاء الوجه أو قناع الوجه أو واق الوجه المصنوع من القماش من على الوجه؟

ج 31: فيما يلي إرشادات حول كيفية إزالة غطاء الوجه أو قناع الوجه أو واق الوجه:

- تعامل مع الغطاء أو القناع أو الواقي فقط عن طريق العالقات أو الأشرطة أو حلقات الأذن
- احرص على عدم لمس عينيك وأنفك وفمك عند الإزالة واغسل يديك فوراً بعد إزالته.
- اغسل يديك فوراً بعد إزالة غطاء الوجه.

س 32: ما الطريقة الصحيحة لغسل غطاء الوجه أو قناع الوجه أو واق الوجه المصنوع من القماش؟

ج 32:

- غطاء الوجه المصنوع من القماش: إذا أصبح غطاء الوجه القماشي متسخاً أو مبللاً، فاغسله بالماء والصابون وجففه قبل إعادة استخدامه. كما يمكنك أيضاً غسله في الغسيل العادي إذا لم تتلف المواد.
- الأفتحة الطبية: لا يجب غسلها. وتخلص من القناع الطبي في نهاية اليوم أو إذا أصبح متسخاً أو رطباً.
- واقيات الوجه: يجب تنظيفه مرة واحدة أو أكثر في اليوم عن طريق الغسل بلطف بالماء والصابون أو رش محلول كحولي بنسبة 60 إلى 95% عليه بشكل متساوي إذا لم يضر مادة واق الوجه.

س 33: كيف سيتم تطبيق متطلبات ارتداء القناع وواقي الوجه وغطاء الوجه؟

ج 33: تتعاون الولاية أولاً مع منشآت الأعمال والأشخاص المسؤولين عن الأماكن الداخلية والأماكن الخارجية المفتوحة للجمهور، لتوعيتهم بشأن المتطلبات، قبل اتخاذ أي إجراء إنفاذ.

من المتوقع أن تضمن المنشآت التجارية والأشخاص المسؤولون عن الأماكن الداخلية والخارجية المفتوحة للجمهور التزام الموظفين والمتقاعدين والمتطوعين والعملاء والزوار بمتطلبات ارتداء القناع وواقي الوجه وغطاء الوجه. إذا كانت المنشأة التجارية أو الشخص مسؤول عن مكان داخلي أو خارجي يبذل قصارى جهده للامتثال للمتطلبات، فسيتم أخذ ذلك في الاعتبار في أي إجراء إنفاذ محتمل.

يعد انتهاك متطلبات ارتداء القناع وغطاء الوجه وواقي الوجه جنحة من الفئة C. ويمكن لهيئة صحة أوريغون وهيئات الصحة العامة المحلية إصدار عقوبات مدنية واتخاذ إجراءات إنفاذ أخرى لانتهاكات متطلبات ارتداء القناع وواقي الوجه وغطاء الوجه. وقد يخضع أي فرد أو منشأة أعمال لديها ترخيص صادر من الولاية لإجراء ترخيص بشأن انتهاك إرشادات ارتداء القناع وواقي الوجه وغطاء الوجه.

إمكانية الوصول إلى المستند: بالنسبة للأفراد ذوي الإعاقات أو الأفراد الذين يتحدثون لغة أخرى غير الإنجليزية، يمكن أن توفر هيئة الصحة بولاية أوريغون معلومات بتنسيقات بديلة مثل الترجمات أو الطباعة بالأحرف الكبيرة أو طريقة برايل. يُرجى الاتصال بـ Mavel Morales على الرقم 1-844-882-7889، الهاتف النصي 711، أو عبر البريد الإلكتروني OHA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us.