



COVID-19 دليل التقييم الذاتي للأفراد (الموظفين، والمقاولين، والمتطوعين)

تم التحديث في 2020/5/6

مقدمة

ثمة انتشار ملحوظ لـ COVID-19 في مقاطعة ألاميدا. يتطلب قرار مقاطعة ألاميدا من مواطني المقاطعة البقاء في المنزل قدر المستطاع، وارتداء قناع الوجه، وغسل اليدين باستمرار، وعدم الخروج من المنزل في حال الشعور بالمرض، والخضوع للفحص في حالة التعرض للمرض، واتخاذ كل الإجراءات الاحتياطية التي ساعدت منطقتنا أن تحقق هذا النجاح الكبير للحد من انتشار COVID-19.

يتتبع مسؤول الصحة بمقاطعة ألاميدا عن كثب أي بيانات تتعلق بتفشي COVID-19 في مقاطعتنا كما يتخذ خطة مدروسة لإعادة فتح الأنشطة والمؤسسات التجارية.

لمزيد من المعلومات حول أوامر مسؤول الصحة بالمقاطعة، يرجى زيارة [هنا](#). للإطلاع على قائمة الشركات والأنشطة التجارية المسموح لها بإعادة فتح أبوابها في مقاطعة ألاميدا يرجى زيارة [هنا](#).

مسؤولية صاحب العمل

إن المؤسسات التجارية المسموح لها بإعادة فتح أبوابها في مقاطعة ألاميدا مطلوب منها وضع خطة حماية خاصة بالموقع واضحة التفاصيل تنص على كيفية قيام المؤسسة التجارية بمراقبة ومنع انتشار COVID-19. ستجد الخطة المطلوبة موضوعة [هنا](#). كجزء من تلك الخطة، يجب أن يوفر أصحاب الأعمال تدريباً للموظفين والمتطوعين عن كيفية الحد من انتشار الفيروس، إلى جانب معرفة طريقة فحص الشخص لنفسه للتعرف على الأعراض أو معرفة احتمالية التعرض للإصابة بالفيروس.

مسؤوليتك

إن غرض هذه الوثيقة هو بيان متطلبات الأفراد (موظفين، ومقاولين، ومتطوعين) من الشركات الأساسية والشركات الأخرى المسموح لها بالعمل حتى يتبين لهم ما إذا كانوا قد تعرضوا للإصابة بـ COVID-19 أو تظهر عليهم أعراض COVID-19.

كل يوم تعمل فيه، يحب عليك أن تجيب على أسئلة التقييم الذاتي وتقديم الإجابة لصاحب العمل قبل بداية نوبتك بشكل شخصي أو من خلال الهاتف أو من خلال أي وسائل إلكترونية أخرى.

إذا كانت الإجابة بـ نعم على أي سؤال من أسئلة التقييم الذاتي، فلا بد من إفادة صاحب عملك بذلك بالإضافة إلى ذلك **يمنع ذهابك إلى العمل**. اتصل بمقدم الرعاية الصحية الإعتيادي الخاص بك لطلب المزيد من الاستشارة. وإذا لم يكن ثمة مقدم رعاية صحية خاص بك أو للحصول على مزيد من المعلومات عن اختبار COVID-19 وكيف تتصرف إذا أصبت بـ COVID-19، فيرجى زيارة [هنا](#).

مصادر للموظفين

إذا كنت أنت و/أو أسرتك مصابون بـ COVID-19، فقد تكون مؤهلاً لإمميزات وإجراءات حماية محددة، بغض النظر عن طول فترة العمل، أو حالة الهجرة أو أي عوامل أخرى. لمزيد من المعلومات والإحالات حول حقوق العمال وإجراءات حمايتهم، والإجازات مدفوعة الأجر، ومساعدة البطالة، وغيرها من الإعانات الوظيفية ذات الصلة بـ COVID-19 [هنا](#)

التقييم الذاتي للموظفين عن COVID-19

الجزء الأول: أجب عن هذه الأسئلة

لا بد من الإجابة على هذه الأسئلة كل يوم قبل بداية عملك في كل يوم تعمل فيه. قد تُطالب بتقديم الإجابات لصاحب العمل بشكل شخصي أو من خلال الهاتف، أو البريد الإلكتروني، أو أي وسائل إلكترونية أخرى قبل بداية كل نوبة. إذا تغيرت أي من إجاباتك خلال يوم العمل، يجب إخطار مشرفك على الفور بالهاتف، أو عن طريق البريد الإلكتروني، أو من مسافة 6 أقدام ومغادرة مكان العمل.

1. هل تم تشخيصك بـ COVID-19 خلال الأيام العشرة الأخيرة أو أجريت اختبار يؤكد إصابتك بالفيروس؟
 نعم لا

2. هل تعيش في نفس المنزل مع، شخص مصاب بـ COVID-19 أو كنت على اتصال وثيق* خلال الـ 14 يوما الماضية مع شخص كان في العزل بسبب COVID-19 أو مع شخص خضع لاختبار يُثبت إصابته بالفيروس؟
 نعم لا

3. هل شعرت بأحد هذه الأعراض اليوم أو خلال الـ 24 ساعة الماضية، وهو شيء جديد عليك أو لا يُفسر إلا على أنه احتمال بالإصابة بـ COVID-19؟

- حمى، أو قشعريرة، أو رعشة متكررة/رجفة
- فقدان حاسة الشم أو التذوق
- سعال
- ألم بالعضلات
- التهاب الحلق
- صداع
- ضيق النفس، أو صعوبة في التنفس
- رشح أو سيلان بالأنف
- الشعور بالضعف أو الإرهاق غير الطبيعي
- إسهال
- غثيان أو قيء

نعم لا

* "الاتصال الاجتماعي الوثيق" يُقصد به العيش في نفس المنزل، أو أن تكون شريك حميم، أو مقدم رعاية صحية، أو تكون على بعد أقل من 6 أقدام من شخص مصاب بـ COVID-19 لمدة أكثر من 15 دقيقة.

الجزء الثاني: الخطوات التالية

- إذا أُجبت بنعم على السؤال 1: لا تذهب للعمل
اتبع إجراءات العزل الواردة هنا: <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources-residents/quarantine-and-isolation.aspx>
- إذا أُجبت بنعم على السؤال 2: لا تذهب للعمل
اتبع إجراءات الحجر الواردة هنا: <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources-residents/quarantine-and-isolation.aspx>
- لا تعد للعمل إذا أُجبت نعم على السؤالين 1 و 2 حتى تستوفي المعايير المطلوبة للعودة للعمل الواردة هنا: <http://www.acphd.org/media/568880/acphd-covid-19-release-from-iso-or-quar-and-return-to-work-criteria-english.pdf>
- إذا أُجبت بنعم على السؤال 3: لا تذهب للعمل
فقد تكون مصابًا بـ COVID-19 وعليك الاتصال بطبيبك لتقييم حالتك وموافاتك بالمزيد من التعليمات. طبيبك سيقدر ما إذا كان من الضروري خضوعك لفحص COVID-19. وإذا لم يكن لديك طبيب، فيرجى زيارة [هنا](#) لمعرفة أماكن اختبار COVID-19 و/أو اتباع إرشادات العودة إلى العمل [هنا](#).