

تدابير وطنية أكثر صرامة للحد من العدوى

تفرض الحكومة تدابير وطنية جديدة لمكافحة العدوى حتى لا تثقل كاهل خدمات الصحة والرعاية، ولحماية الوظائف المجتمعية الحيوية. ستكون هناك قواعد أكثر صرامة للفعاليات والحياة الليلية بالنسبة للبالغين، وفي النشاطات الثقافية وأنشطة أوقات الفراغ المنظمة. سيتم فرض حظر لتقديم الكحول في كافة أنحاء البلاد.

- قال رئيس الوزراء يوناس غار ستوره (حزب العمال) "تتزايد العدوى في النرويج بشكل حاد، وقد اكتسبنا معرفة جديدة حول متحور أوميكرون وحول مدى سرعة انتشاره. نحن في وضع أكثر خطورة الآن. لذلك تتخذ الحكومة إجراءات أكثر صرامة للحفاظ على السيطرة على الجائحة".

التحدي الكبير هو أن متحور أوميكرون أكثر عدوى. سيؤدي هذا إلى إصابة المزيد من الأشخاص بالعدوى. وسيصاب العديد من هؤلاء بمرض خطير، حتى لو تبين أن متحور الفيروس لا يشكل خطراً كبيراً بالإصابة بمرض خطير. تعاني المستشفيات ودور رعاية المسنين وعيادات الأطباء العاميين ومراكز الطوارئ من ضغوط متزايدة نتيجة لأعداد المرضى وزيادة الغيابات المرضية بين العاملين الصحيين وصعوبة الحصول على موظفين مؤقتين من خارج البلاد.

- وأشار ستوره في كلمته قائلاً "لقد تلقينا توصيات واضحة من السلطات الصحية بفرض تدابير جديدة أكثر صرامة الآن. نحن مهتمون بحماية الأطفال والشباب والفئات الضعيفة، ولكن للأسف ستتأثر هذه الفئات في حياتهم اليومية بالتدابير المفروضة. نعلم في الوقت نفسه أن الكثيرين ممن يعملون في الخدمات الصحية وفي المدارس ورياض الأطفال مرهقون الآن، مما يزيد خطورة الوضع الحالي".

عملية التطعيم

يقدر المعهد الوطني للصحة العامة في سينااريو أولي أنه قد يصل عدد المصابين من 90.000 إلى 300.000 حالة يوميًا في غضون ثلاثة أسابيع، وما يقارب 50 إلى 200 حالة دخول للمستشفى بشكل يومي ما لم تقوم الإجراءات بإبطاء الجائحة بشكل كبير. يمكن أن يثقل هذا السيناريو كاهل الخدمات الصحية تماماً. توصي كل من مديرية الصحة والمعهد الوطني للصحة العامة بتنفيذ تدابير مكثفة على الفور. بالإضافة إلى ذلك يُعد التطعيم بالجرعات المعززة أمراً مُلحاً.

لذلك تطلب الحكومة من قوات الجيش والصيدليات المساعدة في عملية التطعيم في البلديات التي تحتاج لذلك.

[اطلع على الخبر الخاص بهذا الأمر هنا.](#)

- قالت وزيرة الصحة وخدمات الرعاية إنغيلد شيركول "من المهم جداً أن يتم تطعيم كل من تزيد أعمارهم عن 65 عامًا والأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بمرض خطير بجرعة معززة في أسرع وقت ممكن، وخلال

فترة التطعيم المقررة. يجب أن نحاول أيضًا الوصول إلى أكبر عدد ممكن من الأشخاص الذين لم يتم تطعيمهم بالكامل من قبل. تم تغيير الفاصل الزمني بين الجرعة الثانية والجرعة المعززة إلى أربعة أشهر ونصف لكل من يُوصى بأخذ جرعة معززة".

وأكدت الوزيرة أيضًا على أهمية أن تقوم البلديات والمستشفيات بتلقيح العاملين الصحيين لديها بمعدل أعلى مما رأيناه حتى الآن. سيرسل المعهد الوطني للصحة العامة جرعات لقاح إضافية قبل عيد الميلاد المجيد حتى تتاح للبلديات فرصة تطعيم كل من هم فوق سن 45 عامًا والذين مرت أربعة أشهر ونصف على تطعيمهم بالجرعة الثانية. يفترض أن يحصل كل من هم فوق سن 45 عامًا على جرعة معززة بحلول منتصف شهر يناير/ كانون الثاني.

التدابير الجديدة

تقوم الحكومة بتشديد القواعد الخاصة بالفعاليات والحياة الليلية للبالغين، والأنشطة الثقافية والأنشطة الترفيهية المنظمة. يتم فرض حظر تام لتقديم الكحول.

- وأضافت شيركول "نحن نقوم بذلك لأن هناك ارتباط بين المواقف التي يقدم فيها الكحول وارتفاع مخاطر الإصابة بالعدوى حيث يمكن أن يصاب الكثيرون خلال فترة قصيرة".

يجب العمل بالمستوى الأصفر في جميع المدارس الابتدائية والمتوسطة ورياض الأطفال في غضون يوم الخميس الموافق 16 ديسمبر/ كانون الأول كأقصى حد. يجب أن تعمل المدارس الثانوية ومدارس تعليم الكبار بالمستوى الأحمر. ويجب على المدارس ورياض الأطفال الاستعداد للانتقال السريع إلى المستوى الأحمر. يجب على الجامعات والكليات الجامعية والمعاهد المهنية تسهيل التدريس الرقمي. اطلع على الخبر الخاص بذلك (قادم).

يتم فرض قواعد موحدة لعزل المصابين والحجر الصحي بعد الاختلاط بمصاب بغض النظر عن متحور الفيروس. اطلع على الخبر.

كما يتم توسيع نطاق استخدام الكمامات وتشديد الإرشادات فيما يخص العمل من المنزل.

- أكدت الوزيرة شيركول حيث قالت إننا نقدم أيضًا توصية واضحة مفادها أنه يجب على الأشخاص غير المطعمين وقاية أنفسهم من العدوى. حيث إن أغلب من يتم إدخالهم إلى المستشفى بسبب كوفيد-19 هم بشكل أساسي غير محصنين تتراوح أعمارهم بين 40 و60 عامًا، بالإضافة إلى كبار السن الذين تم تطعيمهم بالكامل والذين لم يتلقوا جرعة معززة بعد. إن نسبة المرضى الراقدين في المستشفيات من غير المطعمين عالية جدًا مقارنة بنسبة السكان الذين تم تطعيمهم. يجب على الأشخاص في المجموعات المعرضة للخطر وقاية أنفسهم أيضًا.

يسري مفعول الإجراءات المنظمةة في لوائح تشريعية اعتباراً من منتصف ليلة الأربعاء 15 ديسمبر / كانون الأول. وتطبق الإجراءات لمدة أربعة أسابيع مبدئياً، ولا يمكن استبعاد أنها ستستمر لفترة أطول إن كانت هناك حاجة لمزيد من التشديدات.

فيما يلي التدابير الوطنية

نصائح وتوصيات

المسافة والاتصال الاجتماعي

- يجب على الجميع الحفاظ على مسافة متر واحد عن الآخرين ما عدا أفراد الأسرة ومن في حكمهم.
- لا تنطبق التوصية بالحفاظ على مسافة متر واحد على الأطفال في رياض الأطفال والمدارس الابتدائية في أوقات الفراغ.
- هناك أيضاً استثناءات للبالغين الذين يعملون في الخدمات الخاصة بالأطفال والشباب والفئات الضعيفة والمعرضة للخطر.
- يجب على الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بمرض خطير والأشخاص غير المحصنين وقاية أنفسهم. (جديد)
- لا يجب استقبال أكثر من 10 ضيوف في المنزل بالإضافة إلى أفراد الأسرة. يمكن استقبال ما لا يزيد عن 20 ضيفاً مرة واحدة خلال عطلة عيد الميلاد المجيد ورأس السنة الجديدة، ولكن يجب وجود مسافة متر واحد بين الضيوف. يجب على الجميع التفكير جيداً في العدد الإجمالي لمن يخالطوهم.
- يُسمح للأطفال في رياض الأطفال والمدارس الابتدائية بتبادل الزيارات مع مجموعاتهم أو فصولهم أو أقسامهم، حتى لو تجاوز ذلك العدد الموصى به من الضيوف.
- يرجى تقليل عدد المخالطين المقربين، ولكن لا تعزل نفسك.
- قابل الآخرين في الهواء الطلق كلما أمكن ذلك.

الأنشطة الترفيهية المنظمة

الأطفال والشباب

- يسمح للأطفال والشباب في رياض الأطفال أو في سن المدرسة الابتدائية بالقيام بأنشطة ترفيهية منظمة، مثل تدريب كرة القدم أو تدريبات الكورال، مع وجود قيود فيما يخص عدد الأشخاص الذين يمكنهم المشاركة. إذا تم النشاط في الداخل، يجب ألا يزيد العدد عن 20 شخصاً كحد أقصى، ما لم يكن جميع المشاركين من نفس المجموعة في المدرسة أو رياض الأطفال. (جديد)
- يمكن للأطفال والشباب في سن الروضة أو المدرسة الابتدائية أن يتدربوا معاً، لكننا لا نوصي بإجراء الدوريات أو المباريات أو البطولات حيث يتجمع الأطفال من أماكن مختلفة. (جديد)

- يتم استثناء الفعاليات الرياضية التي تتم في الهواء الطلق للأطفال والشباب في رياض الأطفال أو سن المدرسة الابتدائية. حيث يمكن إجراؤها إذا كان من الممكن أن يحافظ الأطفال دائماً على مسافة متر واحد، وإذا كان من الممكن اتباع القواعد الأخرى المتعلقة بالأعداد المسموحة بها والتي تنطبق على جميع الفعاليات.
- يجب أن يحافظ الأطفال والشباب الذين أنهوا المرحلة المتوسطة على المسافة الآمنة في أوقات فراغهم. يعني هذا على سبيل المثال أنه لا ينبغي لعب كرة القدم أو كرة اليد، حيث يصعب الحفاظ على مسافة المتر الواحد. (جديد)

البالغين

- نوصي بتأجيل أو إلغاء الفعاليات المرتبطة بالأنشطة الرياضية والترفيهية المنظمة والتي تشمل مجموعات مختلفة، سواء في الداخل والخارج. (جديد)
- نوصي بتأجيل أو إلغاء الأنشطة الرياضية والترفيهية المنظمة للكبار التي تتم في الداخل.
- يمكن للبالغين ممارسة الرياضة أو ممارسة أنشطة ترفيهية منظمة أخرى في الهواء الطلق، ولكن يُوصى بالأكثر من العدد 20 شخصاً كحد أقصى وأن يحافظوا على مسافة المتر الواحد.

توصيات تخص الجميع

- نشجع الجميع على الخروج في الهواء الطلق. لكن من المهم الحفاظ على مسافة جيدة من بعضهم البعض، حتى أثناء التواجد في الخارج.
- يمكن إبقاء غرف تبديل الملابس مفتوحة إذا كان من الممكن تنظيم استخدامها بحيث يمكن تجنب الازدحام والاختلاط عن قرب بين الأشخاص. إذا أدت غرف تبديل الملابس المفتوحة إلى الازدحام، فمن المستحسن إغلاقها للاستخدام العادي، ولكن يمكن أن تكون المراحيض الصحية ومغاسل اليدين متاحة إذا لم يكن هناك بديل لها في المبنى.
- [اطلع على الخبر الخاص برياضات المحترفين هنا.](#)

المدارس ورياض الأطفال ونشاطات ما بعد المدرسة SFO

- يتم فرض العمل بالمستوى الأصفر على الصعيد الوطني في رياض الأطفال والمدارس الابتدائية والمتوسطة. تسري اللوائح المحلية التي تنص على العمل بالمستوى الأحمر عوضاً عن القواعد الوطنية للعمل بالمستوى الأصفر. (جديد)
- تم فرض العمل بالمستوى الأحمر وطنياً في المدارس الثانوية ومدارس تعليم الكبار. (جديد)
- يجب على المدارس الابتدائية ورياض الأطفال الاستعداد للانتقال السريع إلى المستوى الأحمر. (جديد)
- يجب على الجامعات والكليات الجامعية والمعاهد المهنية تسهيل التدريس الرقمي والتدريب على المهارات والامتحانات إلى أقصى حد ممكن. (جديد)
- يسمح بترتيب اجتماعات للأطفال في رياض الأطفال أو المدارس الابتدائية مع فصول أو أقسام أو مجموعات بأكملها مع العدد المطلوب من البالغين.

اطلع على الخبر الخاص بالتدابير في المدرسة ورياض الأطفال والتعليم العالي.

قطاع العمل

- يجب على كل شخص يستطيع أن يعمل من منزله القيام بذلك (جديد)
- لا ينطبق العمل من المنزل واستخدام الكاميرات على الخدمات إذا كان ذلك يمنع الموظفين من أداء المهام الضرورية وفقاً للقانون فيما يخص الفئات الضعيفة والأطفال والشباب.
- التوصية بالحفاظ على مسافة متر واحد.
- التوصية باستخدام الكاميرات إذا لم يكن من الممكن الحفاظ على مسافة آمنة، إلا إذا تم استخدام حواجز عازلة مثل استخدام الجدران الفاصلة أو ما شابه ذلك.
- يُفرض ارتداء الكاميرات في بعض المواقع في قطاع العمل عند التعامل مع المستخدمين. اطلع على الفقرة أدناه تحت عنوان "الكاميرات".
- يوصى بالتهوية الجيدة في المواقع التي يتواجد فيها عدد من الأشخاص في غرفة واحدة ولمدة من الوقت حيث يكون هؤلاء ليسوا من نفس الأسرة أو من في حكمهم.

التدابير المنظمة بلوائح تشريعية

الفعاليات والتجمعات

يوصى بتقليل عدد المخالطين المقربين. يجب قضاء المزيد من الوقت في المنزل. هذا يعني أنه يجب أيضاً الحد من عدد الزيارات واللقاءات الاجتماعية والفعاليات. (جديد)

يوصى بتجنب استخدام وسائل النقل العام للوصول إلى الفعالية أو الحدث. (جديد)

تنطبق هذه القواعد بالنسبة للفعاليات:

- 20 شخصاً كحد أقصى في الداخل في التجمعات الخاصة في مكان عام، أو في أماكن مستأجرة أو مستعارة.
- يمكن أن يحضر إلى التآبين بعد الجنازات والدفن 50 شخصاً كحد أقصى في الداخل وفي الهواء الطلق. تعتبر الجنازة نفسها حدثاً عاماً، انظر أدناه.
- 20 شخصاً كحد أقصى في الفعاليات العامة بدون وجود مقاعد مخصصة وثابتة و50 شخصاً عند استخدام المقاعد. (جديد)
- يجب أن يحرص منظم الفعاليات الداخلية على إمكانية محافظة جميع الحضور على مسافة متر واحد على الأقل عن الآخرين الذين ليسوا من نفس المنزل أو من في حكمهم. هناك استثناءات لعدة مجموعات، على سبيل المثال للرياضيين والفنانين في الفعاليات الثقافية والرياضية، والمشاركين في دورات معينة والذين هم من نفس المجموعة في رياض الأطفال أو المدرسة الابتدائية.
- في الفعاليات الداخلية حيث يجلس كل فرد من الجمهور في أماكن محددة وثابتة، تعتبر المسافة كافية إذا كان المنظم يحرص على وجود مقعد واحد فارغ على الأقل بين الأشخاص من الجمهور في نفس صف المقاعد منذ وصولهم إلى الفعالية. يجدر بالذكر أنه يسمح للأشخاص من نفس المنزل الجلوس بالقرب من بعضهم البعض بعد الوصول.
- في الفعاليات العامة التي تُنظم في الهواء الطلق: يسمح بوجود عدد لا يزيد عن 100 شخص بدون مقاعد ثابتة ومخصصة، وما لا يزيد عن 200 x 3 مجموعات عند وجود مقاعد ثابتة ومخصصة. (جديد)
- يجب أن يحرص المنظم على أن يكون ملماً بمكان جلوس كل فرد من الجمهور أو الضيوف في الفعاليات العامة حيث يجلس كل فرد من الجمهور على مقاعد ثابتة ومخصصة. (جديد)
- يُحظر تقديم الكحول في الفعاليات والمناسبات التي تتوفر فيها رخصة لتقديم الكحول، سواء في الداخل والخارج. (جديد)
- يُفرض استخدام الكمامات أيضاً في الفعاليات التي تقام في الداخل. (جديد)

- عند زيارة الكنيسة بالنسبة للطوائف المسيحية، يسمح بدخول أشخاص جدد بشكل مستمر عندما يغادر أحد ما. سيتم منح استثناءات مشابهة فيما يخص المناسبات الهامة للطوائف الدينية الأخرى إذا استدعت حالة العدوى استمرار الإجراءات الصارمة. (جديد)

المطاعم والحانات والمقاهي

- يتوجب على المطعم أو المقهى أو الحانة أن يضمن التزام كل شخص بالحفاظ على مسافة متر واحد عن الأشخاص الآخرين من غير أفراد الأسرة ومن في حكمهم. يجب أن تكون هناك مسافة متر واحد على الأقل بين المقاعد عند وصول الزبائن، ولكن يمكن للأشخاص في نفس المنزل أو من في حكمهم بالجلوس بالقرب من بعضهم البعض.
- يحظر تقديم الكحول سواء في الداخل والخارج. (جديد)
- يجب ألا تقوم المطاعم/المقاهي/الحانات بتنفيذ أنشطة تتطلب وجود مسافة أقل من متر واحد بين الأشخاص. ينطبق هذا الأمر على سبيل المثال على الرقص (جديد)
- يجب أن تتوفر لدى المطاعم/المقاهي/الحانات التي تحمل ترخيصاً لتقديم المشروبات الكحولية، أماكن جلوس لجميع الزبائن، ولكن لا يشترط هذا الأمر فيما يتعلق بالفعاليات الثقافية التي تجري في المكان.
- يجب على المطعم/المقهى تسجيل معلومات الاتصال للضيوف الذين يوافقون على ذلك.
- لا يجوز للمطعم أو المقهى تقديم الخدمات للتجمعات الخاصة التي تتم في الداخل عند وجود أكثر من 20 شخصاً بالداخل و50 شخصاً في الهواء الطلق. لا تنطبق قواعد التجمعات الخاصة في المطاعم.
- يجب أن يلتزم المطعم بقواعد مكافحة العدوى (جديد)

العمل وفقاً لمتطلبات مكافحة العدوى

- يُفرض العمل وفقاً لشروط مكافحة العدوى في رياض الأطفال والمدارس وكل مراكز التعليم والتدريب المهني الأخرى.
- تُغلق جميع الملاهي ومراكز الألعاب وصلالات اللعب وما في حكمها. (الجديد)
- يمكن أن تبقى حمامات السباحة والمنتزهات المائية والمنتجعات الصحية ومساح الفنادق وصلالات الرياضية مفتوحة فقط لما يلي: (جديد)
 - التدريب الفردي. عند التدريب بوتيرة عالية، يجب الحفاظ على مسافة مترين.
 - السباحة المدرسية ودورات السباحة وتعليم السباحة ومسابقات السباحة عند وجود منظم لها.
 - إعادة التأهيل والتدريب الذي يتم تقديمه بشكل فردي أو في مجموعات صغيرة عند وجود منظم لها.

- العلاجات الفردية الأخرى حيث يمكن حجز موعد وحيث تكون السباحة جزءاً من العلاج.
- يجب أن تلتزم المؤسسات التالية بالعمل وفقاً لقواعد مكافحة العدوى لكي تتمكن من إبقاء أبوابها مفتوحة: المكتبات العامة والمتاحف وقاعات البنغو وحمامات السباحة والمتنزهات المائية والمنتجعات الصحية وحمامات الفنادق والصالات الرياضية ومراكز التسوق والمحلات التجارية والمعارض والأسواق المؤقتة وما شابه ذلك.
- يشمل ذلك أن يكون من الممكن الالتزام بالحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل للأشخاص الذين ليسوا في نفس المنزل أو من في حكمهم، على أن تكون لدى المؤسسة إجراءات للنظافة الجيدة، والتنظيف الجيد والتهوية.
- يجب على المؤسسات تسجيل معلومات الاتصال للأشخاص الذين يوافقون على ذلك، باستثناء المكتبات العامة والمتاحف والمحلات التجارية ومراكز التسوق.
- يجب إعادة العمل بالدليل الإرشادي في كل من الصالات الرياضية وحمامات السباحة وغيرها. مما يعني أنه ستكون هناك متطلبات أكثر صرامة لمكافحة العدوى.

استخدام الكمامة

- من الإلزامي استخدام الكمامات عندما يتعذر الحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل من الآخرين في المحلات التجارية ومراكز التسوق والمطاعم ووسائل النقل العام وسيارات الأجرة والصالات الداخلية للمحطات. ينطبق هذا الإلزام أيضاً على الموظفين ما لم يتم استخدام حواجز فاصلة بينهم.
- ينطبق الإلزام باستخدام الكمامات أيضاً لدى مصففي الشعر ومراكز العناية بالبشرة وغيرهم من الخدمات التي تقدم من واحد لواحد.
- ينطبق الإلزام باستخدام الكمامات أيضاً على الفعاليات التي تتم في الداخل، وفي المكتبات العامة والمتاحف (جديد).
- لا ينطبق الإلزام باستخدام الكمامات أثناء الجلوس على طاولة في مطعم (يسري حالياً) أو عند تناول الطعام أو الشراب أثناء الجلوس. (جديد)
- تسري التوصية على الصعيد الوطني حالياً فيما يخص ارتداء الكمامة حيث يوجد الكثير من الناس ويصعب الحفاظ على مسافة آمنة، على سبيل المثال عند جلب السترة بعد انتهاء فعالية معينة تزامناً مع الكثير من الأشخاص الآخرين أو في نفس الوقت عند الخروج من ملعب كرة القدم.

العمل من المنزل

- يتوجب على أرباب العمل التأكد من أن يعمل الموظفون من المنزل إذا كان ذلك ممكنًا عمليًا ولا يعيق الأنشطة المهمة والضرورية في مكان العمل، بما في ذلك الأنشطة الخاصة برعاية الأطفال والفئات الضعيفة. (تم التعديل)

الحجر الصحي

- تنطبق نفس القواعد للعزل والحجر الصحي بغض النظر عن متغير الفيروس. يعتبر الحجر الصحي لأفراد الأسرة ومن في حكمهم إلزامياً مع إمكانية إجراء اختبار وإنهاء الحجر الصحي بعد مرور 7 أيام. يمكن للمخالطين المقربين الآخرين إجراء اختبار وإنهاء الحجر الصحي بعد مرور 3 أيام، ولكن مع استمرار الحجر الصحي في أوقات الفراغ حتى إجراء اختبار وظهور نتيجة سلبية بعد مرور 7 أيام. (جديد)

اطلع على الخبر الخاص باستراتيجية TISK والحجر الصحي.

[اطلع على لائحة كوفيد-19 التشريعية لمزيد من التفاصيل حول القواعد والإلزاميات.](#)