ደረጃ ስጉምቲታት A/ሀ - (ፍሉይ ልዑል ደረጃ ስጉምቲታት ኲይኑ፡ ብመምርሒ ኮቪድ-19 ምዕራፍ 5A/5ሀ ይድንገግ):

ኣጸደ-ህጻናት፡ ቤት-ትምህርታት፡ ዩኒቨርሲታት፡ ኮለጃትን ሞያዊ ቤት-ትምህርታትን

- ደርጃ ስጉምቲታት ብጫ ምስ ብተምሳል ሰማፎሮ ዝኸይድ ኲይኑ ከምቲ ንመላእ ሃገር ቤት ትምህርቲታትን ኣጸደ ህጻናትን ዝምልከት ይኸውን። ዝምልከቶ ከባቢ ድማ ግድን መምስ ኩነታት ለብዒ ከባቢኡ ዝቃደው ግምገማታት የካይደሉ፡ እዚ ማለት ከኣ እቲ ንኡስ ዞባ ከም ላዕለዋይ ብዓል ስልጣን ጉዳይ ምክልኻል ለብዒ መጠን ኣብ ዓቕሚ ሞያዊ ግምገማኡ ብምሙርኳስ ከከም ኣድላይነቱ ደረጃ ቀይሕ ንክኸወን ክውስን ይኽእል። ይኹን ድኣ እምበር እንተድኣ ኩነታት ለብዒ ብምኽፋኡ ናብ ቀይሕ ደረጃ ክቕየር ዘገድድ ኲይኑ ብመሰረት ሃገራውያን ስጉምቲታት ናብ ቀይሕ ደረጃ ንምእታው መንግስቲ ምሕጽንቲታት ከቕርብ ይኽል ኢዩ።

- ኣዳራሻት ዩኒቬሪሲቲታት፡ ኮሌጃትን ሞያውያን ቤት ትምህርቲታትን ተማሃሮ ንከይጥቀሙሉ ይዕጾን ምህሮኦም ብዲጂታላዊ ኣገባብ ይካየድን። ሰራሕተኛታት እዘን ዝተጠቕሳ ቤት ትምህርቲታት ላዕለዋይ ደረጃ እቲ ካልእ ዝምልከቶም ሕግታት ስራሕ ይኽተሉ። ቀጻልነት ምህሮ ተማሃሮኦን ንምውሓስ ኣድላዪ ንዝኾነን ብዲጂታላዊ ኣገባብ ክካየድ ዘይከኣል ፈተነታትን ብቕዓታዊ ልምምዳትን ኣብ ኣዳራሻት ቤት ትምህርቲ ንከካይዱ ወሳንነት ምስ ዝህልዎ ምኽርታት ምክልኻል ለብዒ ሰበስልጣን ንኡስ-ዞባኦም እናተኸታተሉ ብቐጻሊ መርመራ ኮቪድ-19 ክሳብ ዘካየዱ ካብዚ ክዕጾ ኣሎዎ ዝብል ቅጥዒ ሕድገት ክወሃቦም ይኽእል እዩ። ቤተንባባትን ቤተመጻሕፍትን እውን ንብቐጻሊ መርመራታት ኮቪድ-19 ዘካይዱ ተማሃሮ ክኽፈት ይኽእል እዩ።

እንግዶታት

- ቀብሪ፡ ስርዓተ ቃል-ኪዳንን ጥምቀትን ገዲፍካ ካብ ቤት ወጻኢ ዝካየዱ ብምሉኦም እንግዶታት ኣብ ውሽጢ ይኹን ኣብ ደገ ክልኩል ኢዩ። ኣብ ቀብሪ ዝሳተፉ ቀባሮ ዝተመልከተሎም ቈወምቲ መናብር ክሳብ ዝሃለዎም እንተበዝሐ 30 ሰባት ክእከቡ ይፍቀድ። ኣብ ስርዓተ ቃል-ኪዳን መርዓውቲ፡ ቃል-ኪዳን ዘእስር ኣካልን ክልተ መሰኻኽርን ክሳተፉ ይፍቀደሎም። ኣብ ስርዓተ ጥምቀት እቲ ቈልዓ፡ ወለዱ፡ ቀሸን ካብ ክልተ ዘይበዝሑ ባሊጋታትን ክሳተፉ ይኽእሉ እዮም።

- ኣብ ርእሲ እቶም ሞየኛታትን ካልኦት ንፍርያት ኣገደስቲ ዝኾኑ ሰራሕተኛታትን ዲጂታላዊ እንግዶታት ካብ ሓሙሽተ ሰባት ዘይበዝሑ ክሳተፉዎ ይኽእሉ እዮም።

ንጥፈታት ስፖርትን ትርፊ-ግዜን

- ዓበይትን ንኣሽቱን ጥርኑፍ ስፖርታዊ ንጥፈታት ከካይዱ ኣይፍቀደሎምን ኢዩ (ሕድገት ዝግበረሎም ክልተ ጉጅለታት ገዲፍካ፡ ኣብ ታሕቲ ተመልከት)። እዚ ውን ኣብ ትርፊ ግዜ ዝካየዱ ንጥፈታት ከም መዘምራን፡ ምረሻ ባንድን ትያትራትን ዘካይዱዎ ልምምዳትን ፈተናታትን ይምልከት።

- ትሕቲ 20 ዓመት ዝዕድሚኦም ቈልዑን ንኣሽቱን ኣብ ደገ ንጥፈታት ስፖርትን ትርፊ ግዜን ክካይዱ ይኽእሉ እዮም፡ ማለት ኣብ ነፍስ ወከፍ ጉጅለ ካብ 10 ሰባት ምስ ዘይበዝሑን ተሳተፍቲ ብምሉኦም ደቂ ሓደ ንኡስ-ዞባ ምስ ዝኾኑን። እቶም ንጥፈታት ተሳተፍቲ ኣብ መንጎኦም ብውሑዱ ክልተ ሜትሮ ርሕቀት ክሕልዉሉ ብዝኽእሉሉ ኣገባብ ክፍጸሙ ንምሕጸኑ።

- ናይ ዕጸ-ፋርስን መስተን ጸገም ወይ ከቢድ ስነ-ልቦናዊ ሕማም ዘለዎም ሰባት ኣብ ሓደ ጉጅለ ካብ 5 ሰባት ክሳብ ዘይበዝሑን ደቂ ሓደ ንኡስ-ዞባ ክሳብ ዝኾኑን ኣብ ግዳም ጥርኑፍ ንጥፈታት ስፖርትን ትርፊ ግዜን ክካይዱ ይፍቀደሎም እዩ።

ቦታታት ስራሕ

- እቶም ኣብ በቤቶም ክሰርሑ ዝኽሉ ኣብ ቤቶም ይስርሑ። ሰራሕተኛታቶም ኣብ ቤቶም ክስርሑ ክሳብ ዝኽኣሉ ወሃብ ስራሕ ብምትሕብባር ከሳልጠሎም ኢዩ ዘለዎ። እቲ ትካል ንኣገባብ ኣሳላልጥኡ ዝምልከት ንሰራሕተኛታቱ ከም ዝሓበሮም ክሰንድ ክኽእል ኣለዎ። ኰይኑ ከብቅዕ ግና እቲ ኣብ ቤቶም ክሰርሑ ኣለዎም ዝብል ጠለብ ነቶም ከማልእዎ ዝኽሉ ጥራሕ ኢዩ ዝምልከት።

ድኳናትን ኣገልግሎታትን

እዞም ዝስዕቡ ገዲፍካ ኩለን ድኳናትን ብዙሓት ጨናፍር ዘለወን ዓበይቲ ድኳናትን ክዕጸዋ ኣለወን፡

- ዱኳናት ኣስፔዛታት፡ ንኣሽቱ ዱኳናት/ኪዮስክን ዱኳናት ናውቲ ጥዕናን ካልኦት ኣስፔዛታት ከም ቀንዲ ትሕዝቶ መሸጣ ዘለዎምን።
- መሸጣታት መግቢ ጥሪትን ካልእ ኣድላዪ ዝኾነ ናውቲ ፍትዊ-እንስሳታትን ጥሪትን ዘሎዎምን።
- ፋርማሲ
- መሸጣ መጀነኒ/ፋሻ/ደረና
- እንዳ መነጽር
- እንዳ ኣልኮላዊ መስተ
- ሓደ ብሓደ ዓማዊል ዘእንግዳ ትካላት ስነጽባቐ ጸጕርን ክንክን ቈርበትን እንዳ ወቃጦን ዝኣመሰሉን ወዘተን።
- ጥዕናውያን ትካላት ከምኒ ኣካላዊ ፍወሳን ፍወሳ ኣእጋርን
- እንዳ ነዳዲ
- ኣብ መዝገብ ትካላት (Enhetsregisteret) ከም ድኳን ዕንባባን ኣታኽልትን ዝተመዝገባ ቀዋሚ መሸጢ ቦታ ዘለወን ድኳናት ዕንባባ ስፍሓተን ካብ 250 ትርብዒት ሜተር ዘይዓቢ እንተኾይኑ፡ ከምኡውን መሸጠኦን ዝበዝሐ ትሕዝቶኡ ድሕሪ ሓጺር ግዜ ዝበላሾ ዕንባባታት ምስ ዝኸውን።
- ትካላት ሕርሻን ፍርያት ናውቲ እንስሳን

- መሸጣ ተቓያየሪ ንብረትን ጃምላዊ መሸጣን ትካላት ኢደስርሓትን ተመሳሰልቲ ዝሸጣን

  ተራ ድኳናትን ድኳናት ንብረትን፡ ኣቐዲሙ ንዝተኣዘዘ ንብረት ንምውጻእ ክኸፍታ ይኽእላ ኢየን፡ እዚ ግና ምክልኻል ለብዒ ብሞያዊ ኣፍልጦ ዝተሰነየን ፍትሓዊ ዝኾነ ኣወጻጽኣ ፍታሕ ብዝተኣታተወ ስርዓትን ምስ ዝካየድን ኢዩ።

ቤት መግብታት፡ እንዳ ሻሂታት፡ ባራትን ሆቴላትን

- ቤት መግብታትን እንዳ ሻሂታትን ይዕጸው፡ ተኣዚዙ ንዝውሰድ ክሳስያ ግን ይፍቀደን።
- ምስሳይ ኣልኮላዊ መስተ ደው ይብል።
- ኣብ ሆቴላት ዝርከባ ቤት መግብታትን እንዳ ሻሂታትን ንሓደርቲ ኣጋይሽን መግቢ ክሳስያ ይኽእላ።

ዝስዕቡ ትካላትን ቦታታትን ክዓጽው ኣለዎም፡

- ማእከላት መወሳወሲ ኣካላት።
- መሐምበሲ ኣዳራሻት፡ መሐምበሲ ማእከላት፡ ቤተምኾታት፡ መሐምበሲታት ሆቴላትን ተመሳሰልትን።
- ቤተመቕደሳት፡ ብጀካ ንቐብርን ኣብ መንጐ ወከልቲ ማሕበረእምነትን ሓደ ውልቀሰብ ንዝካየድ ዝርርብ እንተዘይ ኰይኑ።
- ቤተንባባት።
- መዘናግዒ ቀጽሪታት፡ ኣዳራሻት ቢንጎ፡ መጻወቲ ኣዳራሻት፡ መጻወቲ ማእከላት፡ ኣዳራሻት ቦውሊንግን ተመሳሳልን።
- ቤተመዘክር
- ሲነማ፡ ትያትር፡ ማእከላት ምርኢትን ተመሳሳሊ ባህላዊን መዘናግዒ ማእከላትን።
- ካልኦት ህዝባውያን ማእከላትን ባህላውን ምዝንጋዕን ዝካየደሉ ወይ እውን ኣብ ውሽጣዊ ኣዳራሽ ብዝሒ ሰባት ዝእክብን ንጥፈታት ዕረፍትን ትርፊ ግዜን።

ምሕጽንትታት

- ኣብ በቤትና ኣጋይሽ ካብ ምቕባልን ምትእኽኻብን ንወገድ። ነዞም ዝስዕቡ ግና ሕድገት ይወሃቦም፡

- ዘይተርፍ ኣብ ቤት ዝወሃብ ኣገልግሎትን ክንክንን ኣብ ኣፍደገ ሞት ንዘለው ምብጻሕን።
- ሓደ ኣስኮፐሊ ዝኾነ፡ ሓደ ሰብ ወይ ክልተ ሰባት ከም ቈወምቲ ተባጻጻሕቲ መሓዙት ወይ ከኣ ሓደ ቤት ኣብ መንጐኦም ከም ቈወምቲ ተበጻጻሕቲ ክኾኑ ይኽእሉ።
- ኣጸደ-ህጻናት ዝኽዱ ህጻናትን፡ መምስ ናይ ገዛእ ርእሶም ጉጅለ-ኮሮና ደቂ ኣጸደ-ህጻናቶምን፡ ካልኦት ቈልዑን ብተወሳኺ በቤቶም ክበጻጽሑ ዝኽእሉ እንተ ከም ሓደ ቈዋሚ መሓዛ ወይ ክልተ ቈወምቲ ክበጻጽሑዎም ዝኽእሉ መሓዙትን ክህልውዎም ይከኣል ኢዩ።

- ብጀካ ምስ መቓምጥኻ ምስ እዞም እቑዲማ ዘላ ነጥቢ ዝተጠቕሱ ሰባት እንተዘይኮይኑ ምስ ካልኦት ሰባት ኣብ ትራኽቡሉ እዋን ናይ 2 ሜትሮ ርሕቀት ክትሕሉ ይግባእ። ብፍላይ ኣብ ውሽጢ ኣብ እትህልወሉ እዋን ምኽርታት ርሕቀት ክሕሎው ይግባእ።
- ኩላትና ካብ ዘየድሊ መገሻ ክንውገድ ይግብኣና። ንስራሕ ምውፋር ዝምልከት ጉዕዞ ከም ኣድላዪ ኢዩ ዝቝጸር። ንመብዛሕቲኦም ግና ኣብ በቤቶም ኰይኖም ንክሰርሑ ኢዩ ዝጥለብ ዘሎ።
- ናብ ጐዶቦታት ንኡሳን ዞባታት ዝርከቡ ማእከል ዕዳጋታት ወይ ዓበይቲ ድኳናት ንብረት ካብ ምኻድ ንክንውገድ ንምሕጸን።
- ኣብ እዋን ዕረፍቲን ትርፊ ግዜን ንዝኽየዶ ቤት ምኻድ ክኽየድ ይከኣል ኢዩ፡ እንተኾነ መምስ መቓምጥትኻ ጥራሕ። ቅድሚ ምብጋስ ግና፡ ኣብ ንኡስ ዞባኻ ኩሉ እቲ ዘድልየካ ዘብኡ ትሸማምት። ኣብቲ ትኸዶ ቦታ ዘለው ድኳናት፡ ቤት መግቢታት ወይ እውን ብዝሒ ሰባት ዝእከቡሉ ቦታታት ዘይምኻድ። ብሺ ኣብ ትንሽራታተሉ እዋን ኣብቲ መስመር ዘጋጥሙኻ ካልኦት ሰባትን ኣብ ቴለፈሪካ ሺን ኣብ ግዳም ንዝዛወሩን ሰባትን ርሕቀትካ ምሕላው። ኣብቲ እትኸዶ መዘወሪ ንኡስ ዞባ ዝምልከት ሕግታትን ምኽሪታትን ኣስተውዒልካ ተኸታተሎም። ኣጋይሽ ኣይትቀበል። [Se FHIs råd for bruk av alpinanlegg./ንቦታታት ኣልፒን ዝምልከቱ ምኽርታት ትካል ህዝባዊ ጥዕና ተመልከት]()
- ኣብ ህዝባዊ መጓዓዝያ ብዝምልከት ንኡሳን ዞባታት ይኹና ዞባውያን ንኡሳን ምምሕዳራት ትርር ዝበሉ ስጉምትታት ከተኣታትዋ ይግብአን፡ ከም ንኣብነት መጓዓዝያታት ፍርቂ ዓቕመን ጥራሕ መሊአን ንክኸዳ ዝብል ስጉምቲ ክኸውን ይኽእል።
- ብሰንኪ ለብዒ ኮሮና ከቢድ ሕማም ንክሓሙ ወይ እውን ንክሞቱ ዘሰግኦም ሰባት፡ ዝያዳ ጥንቃቐታት ክርእዩ ይግብኦም።
- እተን ሓደ ብሓደ ዓማዊል ዘእንግዳ ትካላት ከምኒ ሰነጽባቐ ጸጕሪ፡ ትርር ዝበለ ስጉምቲታት ከተኣታትዋ ይግብአን፡ ማለት ከም ኣብቲ 1 ሜትሮ ንምሕላው ዘሸግረሉ ኩነታት መሸፈን ኣፍን ኣፍንጫን ምጥቃም ወይ ከኣ ገጽ ንገጽ ምቅርራብ ዘለዎ ኣገልግሎት ከነክይዎ ወይ ከኣ ንግዚኡ ከወግድዎ ይግባእ።

- መቓርብትን ኣባላት መቓምጥቲ ሓደ ቤትን ምምርማርን ምክትታልን፡
  - ብሰንኪ ከም ዝተለብዑ ዝተረጋገጹ መቓርብቲ ዝተወሸቡ ሰባት ካብ 7ይ ክሳብ 10ይ ዝተወሸብሉ ምዓልቶም ንክምርመሩ ንምሕጽን።

- ምስ ዝተባርዐ ተቐያያሪ ባህሪ ኮሮና ቫይረስ ዝተኣሳሰሩ መቃርብቲ፡ ኣብ ምፍላምን (ብውዑዩ ከም መቃርብቲ ተባሂሉም ምስ ተነግሮም) ኣብ ምዝዛም ውሸባኦምን (እንተ ቐልጠፈ ኣብ 7ይ ምዓልቶም) መረመራ-PCR ይምርመሩ።
- ኣባላት መቓምጥቲ እቶም መቃርብቲ ዝኾኑ ክሳብ ቀዳማይ መርመራ-PCR ዝካየድ ክውሸቡ ይግብኦም። እዚ ምስቲ ዝተባርዐ ተቐያያሪ ባህሪ ዘሎዎ ዓይነት ቫይረስ እንግሊዝ ምትእስሳር ንዘሎዎ ኢዩ።

ግዴታ ምጥቃም መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን

- እንተወሓደ ናይ ሓደ ሜትሮ ርሕቀት ምሕላው ምስ ዘይክኣል፡ ብጀካ ኣብ መንጎ ኣባላት መቓምጥቲ ዝምልከት ግዜ ዘይወስድ ምትሕልላፍ እንተዘይኰይኑ፡ ኣብ ዱኳናት፡ ኣብ ሓባራዊ ቦታታት ኣብ ማእከል ዕዳጋታት፡ ቤት መግቢታትን እንዳ ሻሂታት፡ ቤተመቕደሳት፡ ህዝባዊ መጐዓዝያ፡ ውሽጣዊ መቖሚ ነቑጣታት/ፈርማታትን ኣብ ባህላውን-፡ ስፖርታውያን ንጥፈታት ዕረፍትን ትርፊ ግዜን ዝካየደሉ ኣዳራሻትን መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ግድን ክልበስ ኣለዎ።
- ተሳፈርቲ ታክሲ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክጥቀሙ ኣለዎም። ተሳፋሪ ቅድሚ ታክሲ ምድያቡ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክለብስ ኣለዎ፡ ጉዕዞ ከይተጨረሸን ካብ ታክሲ ከይወጽኣን ድማ እቲ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክኣልዮ የብሉን። መራሕ ታክሲ እውን ብተመሳሳሊ ተሳፈርቲ ምስ ዝህልውዎ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀም ግዴታኡ ኢዩ።
- እንተወሓደ ካብ በጻሕቶም ናይ ሓደ ሜትሮ ርሕቀት ኣብ ክሕልዉሉ ዘይክእሉ ቦታታት ንዝሰርሑ ሰራሕተኛታት መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀሙ ግዴታኦም ኢዩ። ብመሰረት ምኽሪታት ትካል ህዝባዊ ጥዕና ኖርወይ ካብ ለብዒ ንምክልኻል ካልእ ስጉምትታት ንዝተኣታተዉ ሰራሕተኛታት ከምኒ ንከውሊ ገጽ/ቪዝየራ፡ መፈላለዪ መናድቕን ተመሳሳሊን ዝኣመሰሉ ንዘለዎም መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀሙ ግዴታኦም ኣይኰነን።
- ትሕቲ 12 ዝዕድሚኦም ቈልዑ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀሙ ግዴታኦም ኣይኰነን፡ ወይ እውን ነቶም እንተ ብሕክምናዊ ወይ ካልእ ምኽንያታት መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክጥቀሙ ዘይክእሉ እውን ኣይምልከትን ኢዩ።

  ኩለን ንኡሳን ዞባታት ኣብ ከከም ኩነታት ለብዒታት ከባቢኣን ብምሙርኳስ ተረርቲ ምኽሪታትን ሕግታትን ከተኣኣትትዋ ይኽእላ ኢየን። ስለዚ ድማ ኣኣብ ንኡስ ዞባኻ ዝምልከተካ ንምፍላጥ ምክትታል ኣገዳሲ ኢዩ።

ኣብዘን ዝስዕባ ንኡሳን-ዞባታት ስጉምታዊ ደረጃን ካብ A/ሀ ናብ B/ለ ይወርድ ወይ ከኣ ኣብ ዘለዎ ይቕጽል:

ኤነባክ/Enebakk, ፍሮግን/Frogn, ኢንድረ ኦስትፎልድ/Indre Østfold, ኑርድረ ፎሎ/Nordre Follo, ቬስትብይ/Vestby, ኦ'ስ/Ås, ፍረድሪክስታ/Fredrikstad, ሃልድን/Halden, ሞስ/Moss, ሮ'ደ/Råde, ሳርፕስቦርግ/Sarpsborg, ኣስከር/Asker, ባ'ሩም/Bærum, ድራምመን/Drammen, ሊየር/Lier, ኣይድስቮል/Eidsvollን ናንነስታን/Nannestad.

ደረጃ ስጉምቲታት B/ለ- (ፍሉይ ልዑል ደረጃ ስጉምቲታት ኰይኑ፡ ብመምርሒ ኮቪድ-19 ምዕራፍ 5B/5ለ ይድንገግ):

ኣጸደ-ህጻናት፡ ቤት ትምህርታት፡ ዩኒቬሪሲታት፡ ኮሌጃትን ሞያውያን ቤት ትምህርታትን።

- ደረጃ ስጉምትታት ብጫ ምስ ብተምሳል ሰማፎሮ ዝኸይድ ኰይኑ ከምቲ ንመላእ ሃገር ቤት ትምህርቲታትን ኣጸደ ህጻናትን ዝምልከት ይኸውን። ዝምልከቶ ከባቢ ድማ ግድን መምስ ኩነታት ለብዒ ከባቢኡ ዝቃደው ገምጋማት የካይደሉ፡ እዚ ማለት ከኣ እቲ ንኡስ ዞባ ከም ላዕለዋይ ብዓል ስልጣን ጉዳይ ምክልኻል ለብዒ መጠን ኣብ ዓቕሚ ሞያዊ ግምገማኡ ብምሙርኳስ ከከም ኣድላይነቱ ደረጃ ቀይሕ ንክኸውን ክውስን ይኽእል። ይኹን ድኣ እምበር እንተድኣ ኩነታት ለብዒ ብምኽፋኡ ናብ ቀይሕ ደረጃ ክቕየር ዘገድድ ኰይኑ ብመሰረት ሃገራውያን ስጉምትታት ናብ ቀይሕ ደረጃ ንምእታው መንግስቲ ምሕጽንታታት ከቕርብ ይኽእል ኢዩ።

- ኣዳራሻት ዩኒቬሪሲታት፡ ኮሌጃትን ሞያውያን ቤት ትምህርታትን ትምህርቲ ዓበይቲ መባእታን ማእከላይን ደረጃ፡ ትምህርቲ ዓበይቲ ካልኣይ ደረጃን ብመሰረት ሕጊ ኢንትሮዳክሽንን ሕጊ ምውህሃድ ሕብረተሰብ ዝመሃሩ፡ ከምኡውን ብማሕበር ላዕለዋይ ደረጃ ትምህርትን ኲምፕታንስ ፕሉስ ኣብ ኮርስ ዝሳተፉ ብምሉኦም እዞም ተማሃሮ ንክይጥቀሙሉ ይዕጾ። ሰራሕተኛታት እዘን ዝተጠቕሳ ቤት ትምህርቲታት ላዕለዋይ ደረጃ እቲ ካልእ ዝምልከቶም ሕግታት ስራሕ ይኽተሉ። ምህሮኦም ብዲጂታላዊ ኣገባብ ይካየድ።

- ቀጻልነት ምህሮ ተማሃሮኦን ንምውሓስ ኣድላዪ ንዝኾነን ብዲጂታላዊ ኣገባብ ክካየድ ዘይከኣል ፈተነታትን ብቕዓታዊ ልምምዳትን ኣብ ኣዳራሻት ቤት ትምህርቲ ንክካይዱ ወሳንነት ምስ ዝህልዎ ዩኒቬሪሲታት፡ ኮሌጃትን ሞያውያን ቤት ትምህርታትን ንተማሃሮኦን ኣዳራሻተን ንኸይዓጽዋሎም ሕድገት ይወሃበን።

- ኣዳራሻት ቤት ትምህርቲ ብመሰረት ሕጊ ናጻ ምህሮ ምዕራፍ 6A ብዝድንግጎ ንማዕላ ዝጸደቐ ንዝምልከቶም ተማሃሮ ኣይክዕጸወሎምን ኢዩ። ኣሕዳሪ ቤት ትምህርቲ ንዝኾና ቤት ትምህርቲታት ሕግታትን ምሕጽንታትን ናይ ፎልከ-ሀይስኩለ ይኽተሉ፡ ኣሕዳሪ ቤት ትምህርቲ ዘይብለን ግና ምሕጽንታታትን ሕግታትን ትምህርቲ ካልኣይ ደረጃ ይኽተላ።

- እዘን ኣቐዲመን ዝተጠቕሳ ትካላት ቀጻልነት ምህሮ ተማሃሮአን ንምውሓስ ኣድላዪ ንዝኾነን ብዲጂታላዊ ኣገባብ ክካየድ ዘይከኣል ፈተነታትን ብቕዓታዊ ልምምዳትን ኣብ ኣዳራሻት ቤት ትምህርቲ ንክካይዱ ወሳንነት ምስ ዝህልዎን ግስጋሰ ምህሮኦም ንከይዕንቀፍ ኣድላዪ ምስ ዝኸውን ንተማሃሮአን ኣዳራሻተን ንኺይዓጽዋሎም ሕድገት ይወሃበን።

እንግዶታት

- ብጀካ ሃይማኖታውያንን እምነታውያንን ጽምብላት ቀብሪን መርዓን ጥምቀትን ቅዱስ ቍርባንን ዘማለአ እንተዘይኰይኑ ካልእ ኲሉ ዓይነት እንግዶት ካብ ቤት ወጻኢ ንዝእንገዱ ይኽልከሉ፡ ኣብ ግዳም ይኹኑ ኣብ ውሽጢ ኣዳራሽ ብዘየገድስ።
- ኣብ ሃይማኖታውን እምነታውን ጽምብላት ዝሳተፉ ካብ 20 ንላዕሊ ክበዝሑ የብሎምን፡ እዚ እውን ኲሎም ነባሮ/ተሳተፍቲ ቀዋምን ዝተመልከተሎምን መናብር ምስ ዝህልው ኢዩም። ንብዝሒ ተሳተፍቲ ቐብሪ ዝምልከት ተኣታትዮም ዘለው ሃገራውያን ሕግታት ይምልከቱ።
- ዲጂታላዊ እንግዶታት እንተበዝሑ ሓሙሽተ ሰባት ዝሳተፍዎ ይፍቀድ፡ ኣብ ልዕሊ እቶም ሓሙሽተ ተሳተፍቲ፡ ተዋሳእቲ ጉዳይን ኣድለይቲ ኣባላት ኣፍረይቲ እቲ ትካልን ክህልው ይፍቀዶም።

ስፖርትን- ንጥፈታት ዕረፍትን ትርፊ ግዜን

- ንትሕቲ 20 ዝዕድሚኦም ቈልዑን መንእሰያትን ስፖርትን ንጥፈታት ዕረፍትን ትርፊ ግዜን ከካይዱ ክኽፈት ይከኣል ኢዩ። ንልዕሊ 20 ዝዕድሚኦም ወይ ካብኡ ንላዕሊ ዝዕድሚኦም ሰባት ውሽጣዊ ስፖርታዊ ንጥፈታት ከካይዱ ኣይፍቀዶምን ኢዩ። ከምኡ እውን ጥርኑፍ ንጥፈታት ዕረፍትን ትርፊ ግዜን እውን ኣይፍቀድን፡ ማለት ከምኒ ልምምዳትን ፈተነታት መዛምራን፡ ማርሺን ባንድን ትያትርን ኣይፍቀድን። ቀዳማይ ደረጃ ሞያውያን ስፖርተኛታት ግና ጥርኑፍ ውሽጣዊ ልምምዳት ንከካይዱ ይፍቀዶም ኢዩ።
  - ንትምህርቲ ምሕምባስን ጥርኑፍ ስልጠና ምሕምባስን ዝተፈላለዩ ዓይነታት ልምምዳትን ንትሕቲ 20 ዝዕድሚኦምን ንቀዳማይ ደረጃ ሞያውያን ስፖርተኛታትን ንዳግመ-ሕውየትን ልምምዳትን ውልቃዊ ሕክምናዊ ምክትታላትን ንዘካይዱ መሐምበሲ ኣዳራሻት፡ መሐምበሲ ማእከላት፡ ቤተምቕታት፡ መሐምበሲታት ሆቴላትን ተመሳሰልትን ይኽፈተሎም።

ቦታታት ስራሕ

- እቶም ኣብ በቤቶም ክሰርሑ ዝኽእሉ ኣብ ቤቶም ይስርሑ። ሰራሕተኛታቶም ኣብ ቤቶም ክስርሑ ክሳብ ዝኽኣሉ ወሃብ ስራሕ ብምትሕብባር ከሳልጠሎም ኢዩ ዘለዎ። እቲ ትካል ንኣገባብ ኣሳላልጥኡ ዝምልከት ንሰራሕተኛታቱ ከም ዝሓበሮም ከሰንድ ክኽእል ኣለዎ። ስራሕ ንምኻድ ዝካየድ ጉዕዞ ከም ግድን ምስ ዝቕጻር ኢዩ። ኰይኑ ከብቅዕ ግና እቲ ኣብ ቤቶም ክሰርሑ ኣለዎም ዝብል ጠለብ ነቶም ከማልእዎ ዝኽእሉ ጥራሕ ኢዩ ዝምልከት።

ድኳናትን ኣገልግሎትን

- ድኳናት ክኸፍቱ ይኽእሉ ኢዮም።
- እተን ሓደ ብሓደ ዓማዊል ዘእንግዳ ትካላት ከምኒ እንዳ ስነጽባቐ ጸጕሪ፡ ክኸፍታ ይኽእላ ኢየን። .

ቤት መግብታት፡ እንዳ ሻሂታት፡ ባራትን ሆቴላትን

- ምስሳይ ኣልኮላዊ መስተ ደው ይብል።

ዝስዕቡ ትካላትን ቦታታትን ክዓጸው ኣለዎም፡

- ማእከላት መወሳወሲ ኣካላት፡ ይኹን እምበር ነዞም ዝስዕቡ ዕድላት ንምሃብ ይኸፍቱ፡
  - ብኣእንጋዲ ንዝዳለው እንተ ብውልቂ ወይ ብንኡሳን ጉጅለታት ዝካየዱ ንጥፈታት ከምኒ ዳግመ-ሕውየትን ልምምዳትን።
  - ብቜጸራ ተኣዚዙ ዝካየድ ውልቀ ልምምድን ፍወሳዊ ኣገልግሎትን።
- መሐምበሲ ኣዳራሻት፡ መሐምበሲ ማእከላት፡ ቤተምቾታት፡ መሐምበሲታት ሆቴላትን ተመሳሰልትን ይዕጸው። ይኹን እምበር ነዞም ዝስዕቡ ዕድላት ንምሃብ ይኸፍቱ፡
  - ንትምህርቲ ምሕብባስን ጥርኑፍ ስልጠና ምሕምባስን ዝተፈላለዩ ዓይነታት ልምምዳትን ንትሕቲ 20 ዝዕድሚኦምን ንቀዳማይ ደረጃ ሞያውያን ስፖርተኛታትን።
  - ብኣእንጋዲ ንዝዳለው እንተ ብውልቀ ወይ ብንኡሳን ጉጅለታት ዝካየዱ ንጥፈታት ከምኒ ዳግመ-ሕውየትን ልምምዳትን።
  - ብቜጸራ ተኣዚዙ ዝካየድ ውልቀ ልምምድን ፍወሳዊ ኣገልግሎትን፡ ምሕንባስ ከም ፍወሳ ምስ ዝኸውን።
- መዘናግዒ ቀጽሪታት፡ ኣዳራሻት ቢንን፡ መጻወቲ ኣዳራሻት፡ መጻወቲ ማእከላት፡ ኣዳራሻት ቦውሊንን ተመሳሰልቲ ቦታታትን።
- ቤተመዘከር።
- ሲነማ፡ ትያትር፡ ማእከላት ምርኢትን ተመሳሳሊ ባህላዊን መዘናግዒ ቦታታትን።
- ካልኦት ህዝባውያን ማእከላትን ባህላውን ምዝንጋዕን ዝካየደሉ ወይ እውን ኣብ ውሽጣዊ ኣዳራሽ ብዝሒ ሰባት ዝእከብን ንጥፈታት ዕረፍትን ትርፊ ግዜን።
- ጥርኑፍ ባህላውን ስፖርታውን ንጥፈታት፡ ከምኡውን ንጥፈታት ትርፊ ግዜ ዝካየደሎም ህዝባዊ ቦታታትን ትካላትን ንትሕቲ 20 ዓመት ዝዕድሚኦም ቈልዑን ንኣሽቱን፡ ዓበይቲ ኣብ ደገ ንዝካይዱዎም ንጥፈታትን ኣብ ላዕለዋይ ደረጃ ዝነጥፉ ስፖርተኛታት ኣብ ውሽጥን ደገን ንዝካይዱዎም ንጥፈታትን ክኸፍቱ ይፍቀደሎም እዩ፡ ይኹን ደኣ እምበር ነዚኦም ጥራሕ ደኣ እዩ ክኸፈት ዘለዎ እምበር ካልኦት ንጥፈታት ትርፊ-ግዜ ኣብኡ ከካይዱ የብሎምን።

ምሕጽንትታት:

- ኣብ ናይ ገዝእ ርእስኻ ቤት ካብ ሓሙሽተ ንላዕሊ ኣጋይሽ ክህልውኻ ኣይግባእን። ርክባት ኣብ ግዳም ንክካየድ ንምሕጸን።
- ኣብ ውሽጢ ሓደ ሰሙን እትራኸቦም ሰባት ካብ 10 ዘይበዝሑ ኰይኖም ካብ ኣጋጣሚ ጉዳይ ስራሕ እትረኽቦምን ካብ መቃምጥቲ ዝኾኑን፡ ካብ ብጉጅለ-ኮሮና ኣጸደ ህጻናትን ትምህርትን ዝኾኑን ድማ ክሓልፉ የብሎምን።
- ኣብ ንክትላባዓሉ ኣስጋኢ ዝኾነ ኩነታት ምስ ካልኦት ሰባት ዘራኽበካ ኣጋጣሚታትን (ኣብ ከምኒ ጽዑቕ ኣካላዊ ንጥፈታት ዝካየደሉ፡ ምዝማርን ምድራፍን ወይ እውን ዝጭደረሉ ኣጋጣሚታት መሳሊን) ካብ ተነካእቲ ንዝኾኑ ሰባትን ዝርከብሉን ናይ 2 ሜትሮ ርሕቀት ሓሉ።
- ኩሉ ሰብ ካብ ኣድላይነት ዘይብሉ መገሻ ይወገድ። ስራሕ ንምኻድ ዝካየድ ጉዕዞ ከም ግድን ምስ ዝቑጸር ኢዩ። ንመብዛሕቲኦም ግና ኣብ በቤቶም ኰይኖም ንክሰርሑ ኢዮም ዝተለብ ዘሎ።
- ነፍሰ ወከፍ ኣብ ከከባቢ ንኡስ ዞባኡ ዘሎ ማእከል ዕዳጋን/ዱኳን ናውትን ትካላትን ንክጥቀም መንግስቲ ይምሕጸን።
- ኣብ እዋን ዕረፍትን ትርፊ ግዜን ንዝኽየዶ ቤት ምኻድ ክኽየድ ይከኣል ኢዩ፡ እንተኾነ መምስ መቃምጥትኻ ጥራሕ። ቅድሚ ምብጋስ ግና፡ ኣብ ንኡስ ዞባኻ ኩሉ እቲ ዘድልየካ ዘበለ ትሸማምት። ኣብቲ ትኸዶ ቦታ ዘለው ድኳናት፡ ቤት መግቢታት ወይ እውን ብዝሒ ሰባት ዝእከብሉ ቦታታት ዘይምኻድ። ብሺ ኣብ ትንሸራታተሉ እዋን ካብ ኣብቲ መስመር እትረኽቦም ካልኦት ሰባት፡ ኣብ ቴለፈሪካ ሺን ኣብ ግዳም ንዝዛወሩን ሰባት ርሕቀትካ ምሕላው። ኣብቲ እትኸዶ መዘወሪ ንኡስ ዞባ ዝምልከት ሕግታትን ምኽሪታትን ኣስተውዒልካ ተኸታተሎም። ኣጋይሽ ኣይትቀበል። [Se FHIs råd for bruk av alpinanlegg./ንቦታታት ኣልፒን ዝምልከቱ ምኽርታት ትካል ህዝባዊ ጥዕና ተመልከት]()
- ኣብ ህዝባዊ መጓዓዝያ ብዝምልከት ንኡሳን ዞባታት ይኹና ዞባውያን ንኡሳን ምምሕዳራት ትርር ዝበሉ ስጉምቲታት ከተኣታትዋ ይግብኣን፡ ከም ንኣብነት መጓዓዝያታት ፍርቂ ዓቕመን ጥራሕ መሊኣን ንክኸዳ ዝብል ስጉምቲ ክኸውን ይኽእል።
- ብሰንኪ ለብዒ ኮሮና ከቢድ ሕማም ንክሓሙ ወይ እውን ንክሞቱ ዘስግኦም ሰባት፡ ዝያዳ ጥንቃቐታት ክርእዩ ይግብኦም።
- እተን ሓደ ብሓደ ዓሚል ዘእንግዳ ትካላት ከምኒ ስነጽባቐ ጸጕሪ፡ ትርር ዝበለ ሰጕምቲታት ከተኣታትዋ ይግብኣን፡ ማለት ኣብቲ 1 ሜትሮ ንምሕላው ዘሸግረሉ ኩነታት መሸፈን ኣፍን ኣፍንጫን ምጥቃም ወይ ከኣ ገጽ ንገጽ ምቅርራብ ዘለዎ ኣገልግሎት ከነክይዎ ወይ ከኣ ንግዚኡ ከወግድዎ ይግባእ።

- መቃርብትን ኣባላት መቃምጥቲ ሓደ ቤትን ምምርማርን ምክትታልን፡
    - በቶም ከም ዝተለብዑ ዝተረጋገጹ መቃርብቲ ዝተወሸቡ ሰባት ካብ 7ይ ክሳብ 10ይ ዝተወሸብሉ ምዓልቶም ንክምርመሩ ንምሕጸን።

- ምስ ዝተባርዐ ተቐያያሪ ባህሪ ኮሮና ቫይረስ ዝተኣሳሰሩ መቃርብቲ፡ ኣብ ምፍላምን (ብውዑዩ ከም መቃርብቲ ተባሂሉም ምስ ተነግሮም) ኣብ ምዝዛም ውሸባኦምን (እንተ ቐልጠፈ ኣብ 7ይ ምዓልቶም) መረመራ-PCR ይምርመሩ።
- ኣባላት መቃምጥቲ እቶም መቃርብቲ ዝኾኑ ክሳብ ቀዳማይ መርመራ-PCR ዝካየደሎም ክውሸቡ ይግብኦም። እዚ ምስቲ ዝተባርዐ ተቐያያሪ ባህሪ ዘሎዎ ዓይነት ቫይረስ እንግሊዝ ምትእስሳር ንዘሎዎ ኢዩ።

ግዴታ ምጥቃም መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን

- ንካልኦት መናብርትኻ ዘይኮኑ ሰባት ንሕጽር ዝበለ እዋን ኣብ ትሰግረሉ ኣጋጣሚታት ገዲፍካ ሓደ ሜትሮ ርሕቀት ክትሕልወሉ ኣብ ዘይትኽእለሉ ቦታታት ከም ድኳናት፡ሓባራዊ ቦታታት ማእከላት ዕዳጋ፡ኣብ ኣባይቲ-መግብን መስተን፡ ኣባይቲ-ሃይማኖትን እምነትን፡ህዝባዊ መጓዓዝያን ኣብ ውሽጢ ፈርማታታት ህዝባዊ መጓዓዝያን ኣዳራሻት ባህሊ፡ ስፖርትን ንጥፈታትን መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክትጥቀም ኣለካ፡
- ተሳፈርቲ ታክሲ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክጥቀሙ ኣለዎም። ተሳፋሪ ቅድሚ ታክሲ ምድያቡ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክለብስ ኣለዎ፡ ጉዕዞ ከይተጨረሸን ካብ ታክሲ ከይወጽአን ድማ እቲ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክኣልዮ የብሉን። መራሕ ታክሲ እውን ብተመሳሳሊ ተሳፈርቲ ምስ ዝህልውዎ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀም ግዴታኡ ኢዩ።
- እንተወሓደ ካብ በጻሕቶም ናይ ሓደ ሜትሮ ርሕቀት ኣብ ክሕልዉሉ ዘይክእሉ ቦታታት ንዝሰርሑ ሰራሕተኛታት መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀሙ ግዴታኦም ኢዩ። ብመሰረት ምኽሪታት ትካል ህዝባዊ ጥዕና ኖርወይ ካብ ለብዒ ንምክልኻል ካልእ ስጉምቲታት ንዘተኣታተዉ ሰራሕተኛታት ከምኒ ንከውሊ ገጽ/ቪዝየራ፡ መፈላለዪ መናድቕን ተመሳሳሊን ዝኣመሰሉ ንዘተኣታተው መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀም ግዴታኦም ኣይኮነን።
- ትሕቲ 12 ዝዕድሚኦም ቈልዑ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀም ግዴታኦም ኣይኮነን፡ ወይ እውን ነቶም እንተ ብሕክምናዊ ወይ ካልእ ምኽንያታት መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክጥቀሙ ዘይክእሉ እውን ኣይምልከትን ኢዩ።

ኩለን ንኡሳን ዞባታት ኣብ ከከም ኩነታት ለብዒታት ከባቢኦን ብምሙርኳስ ተረርቲ ምኽሪታትን ሕግታትን ከተኣታትዋ ይኽእላ ኢየን። ስለዚ ድማ ኣኣብ ንኡስ ዞባኻ ዝምልከተካ ንምፍላጥ ምክትታል ኣገድሲ ኢዩ።

ስጉምቲታት C – (ኣዝዩ ልዑል ደረጃ ስጉምቲታት ኰይኑ፡ ብመምርሒ ኮቪድ-19 ምዕራፍ 5ሐ/5C ይድንገግ):

ኣጸደ ህጻናት፡ ቤት ትምህርቲታት፡ ዩኒቬሪሲታት፡ ኮሌጃትን ሞያውያን ቤት ትምህርቲታትን

- ደረጃ ስጉምቲታት ብጫ ምስ ብተምሳል ሰማፎሮ ዝኸይድ ኰይኑ ከምቲ ንመላእ ሃገር ቤት ትምህርቲታትን ኣጸደ ህጻናትን ዝምልከት ይኸውን። ዝምልከቶ ከባቢ ድማ ግድን መምስ ኩነታት ለብዒ ከባቢኡ ዝቃደው ግምገማታት የካይደሉ፡ እዚ ማለት ከኣ እቲ ንኡስ ዞባ ከም ላዕለዋይ ብዓል ስልጣን ጉዳይ ምክልኻል ለብዒ መጠን ኣብ ዓቕሚ ሞያዊ ግምገማኡ ብምሙርኳስ ከከም ኣድላይነቱ ደረጃ ቀይሕ ንክኸወን ክውስን ይኽእል።

ይኹን ድኣ እምበር እንተድኣ ኩነታት ለብዒ ብምኽፋኡ ናብ ቀይሕ ደረጃ ክቕየር ዘገድድ ኰይኑ ብመሰረት ሃገራውያን ስጒምቲታት ናብ ቀይሕ ደረጃ ንምእታው መንግስቲ ምሕጽንቲታት ክቕርብ ይኽል ኢዩ።

- ኣዳራሻት ዩኒቨሪሲታት፡ ኮሌጃትን ሞያውያን ቤት ትምህርታትን ትምህርቲ ዓበይቲ መባእታን ማእከላይን ደረጃ፡ ትምህርቲ ዓበይቲ ካልኣይ ደረጃን ብመሰረት ሕጊ ኢንትሮዳክሽንን ሕጊ ምውህሃድ ሕብረተሰብ ዝመሃሩ፡ ከምኡውን ብማሕበር ላዕለዋይ ደረጃ ትምህርትን ኲምፐታንስ ፐሉስ ኣብ ኮርስ ዝሳተፉ ብምሉኦም ግን ነዞም ዝተጠቕሱ ተማሃሮ ክኽፈተሎም ይኽእል። ሰራሕተኛታት እዘን ዝተጠቕሳ ቤት ትምህርቲታት ላዕለዋይ ደረጃ እቲ ካልእ ዝምልከቶም ሕግታት ስራሕ ይኽተሉ።ምህሮኦም ብዲጂታላዊ ኣገባብ ይካየድ።

- ኣዳራሻት ቤት ትምህርቲ ብመሰረት ሕጊ ናጻ ምህሮ ምዕራፍ 6A ብዝድንግጎ ንማዕላ ዝጸደቐ ንዝምልከቶም ተማሃሮ ኣይክዕጸወሎምን ኢዩ። ኣሕዳሪ ቤት ትምህርቲ ንዝኾና ቤት ትምህርቲታት ሕግታትን ምሕጽንታትን ናይ ፎልከ-ሀይስኩለ ይኽተሉ፡ ኣሕዳሪ ቤት ትምህርቲ ዘይብለን ግና ምሕጽንታታትን ሕግታትን ትምህርቲ ካልኣይ ደረጃ ይኽተላ።

- ቀጻልነት ምህሮ ተማሃሮአን ንምውሓስ ኣድላዪ ንዝኾነን ብዲጂታላዊ ኣገባብ ክካየድ ዘይከኣል ፈተነታትን ብቕዓታዊ ልምምዳትን ኣብ ኣዳራሻት ቤት ትምህርቲ ንክካይዱ ወሳንነት ምስ ዝህልዎ ግስጋሰ ምህሮኦም ንከይዕንቀፍ ኣድላዩ ምስ ዝኸውን ዩኒቨሪሲታት፡ ኮሌጃትን ሞያውያን ቤት ትምህርታትን ንተማሃሮአን ኣዳራሻተን ንኽይዓጽዋሎም ሕድገት ይወሃበን።

- ስሩዕ ምህሮ በብንኡሳን ጉጂለታት ክስብ 10 ሳባት ዘለውዎ ይፍቀድ ኢዩ።

እንግዶዳት

- ንእንግዶታት ዝምልከት ብናይ ሃገራውያን ሕግታት ኢዩ ዝቕየድ።

ስፖርትን- ንጥፈታት ዕረፍትን ትርፊ ግዜን

- ንትሕቲ 20 ዝዕድሚኦም ቈልዑን መንእሰያትን ስፖርትን ንጥፈታት ዕረፍትን ትርፊ ግዜን ክካይዱ ክኽፈት ይከኣል ኢዩ። ንልዕሊ 20 ዝዕድሚኦም ወይ ካብኡ ንላዕሊ ዝዕድሚኦም ሰባት ውሽጣዊ ስፖርታዊ ንጥፈታት ክካይዱ ኣይፍቀዶምን ኢዩ። ከምኡ እውን ጥርኑፍ ንጥፈታት ዕረፍትን ትርፊ ግዜን እውን ኣይፍቀድን፡ ማለት ከምኒ ልምምዳትን ፈተነታት መዛምራን፡ ማርሺን ባንድን ትያትርን ኣይፍቀድን። ቀዳማይ ደረጃ ሞያውያን ስፖርተኛታት ግና ጥርኑፍ ውሽጣዊ ልምምዳት ንክካይዱ ይፍቀዶም ኢዩ።

- ንትምህርቲ ምሕምባስን ጥርኑፍ ስልጠና ምሕምባስን ዝተፈላለዩ ዓይነታት ልምምዳትን ንትሕቲ 20 ዝዕድሚኦምን ንቀዳማይ ደረጃ ሞያውያን ስፖርተኛታትን ንዳግመ-ሕውየትን ልምምዳትን ውልቃዊ ሕክምናዊ ምክትታላትን ንዘካይዱ መሐምበሲ ኣዳራሻት፡ መሐምበሲ ማእከላት፡ ቤተምቾታት፡ መሐምበሲታት ሆቴላትን ተመሳሰልትን ይኽፈተሎም።

ቦታታት ስራሕ

- እቶም ኣብ በቤቶም ክሰርሑ ዝኽእሉ ኣብ ቤቶም ይስርሑ። ሰራሕተኛታቶም ኣብ ቤቶም ክሰርሑ ክሳብ ዝኽኣሉ ወሃብ ስራሕ ብምትሕብባር ከሳልጠሎም ኢዩ ዘለዎ። እቲ ትካል ንኣገባብ ኣሳላልጥኡ ዝምልከት ንሰራሕተኛታቱ ከም ዝሓበሮም ከሰንድ ክኽእል ኣለዎ። ስራሕ ንምኻድ ዝካየድ ጉዕዞ ከም ግድን ምስ ዝቕኣጸር ኢዩ። ኰይኑ ከብቅዕ ግና እቲ ኣብ ቤቶም ክሰርሑ ኣለዎም ዝብል ጠለብ ነቶም ነቶም ከማልእዎ ዝኽሉ ጥራሕ ኢዩ ዝምልከት።.

ድኳናትን ኣገልግሎትን

- ድኳናት ክኽፍቱ ይኽእሉ ኢዮም።
- እተን ሓደ ብሓደ ዓማዊል ዘእንግዳ ትካላት ከምኒ እንዳ ስነጽባቐ ጸጕሪ፡ ክኽፍታ ይኽእላ ኢየን። .

ቤት መግብታት፡ እንዳ ሻሂታት፡ ባራትን ሆቴላትን

- ምስሳይ ኣልኮላዊ መስተ ጠጠው ይብል።

ዝስዕቡ ትካላትን ቦታታትን ክዓጸው ኣለዎም፡

- ማእከላት መወሳወሲ ኣካላት፡ ይኹን እምበር ነዞም ዝስዕቡ ዕድላት ንምሃብ ይኽፍቱ፡
  - ዕድል ንደቂ እቲ ንኡስ ዞባ ይወሃብ
  - ብኣኣንጋዲ ንዝዳለው እንተ ብውልቀ ወይ ብንኡሳን ጉጅለታት ዝካየዱ ንጥፈታት ከምኒ ዳግመ-ሕውየትን ልምምዳትን።
  - ብቔጸራ ተኣዚዙ ዝካየድ ውልቀ ልምምድን ፍወሳዊ ኣገልግሎትን።
- መሐምበሲ ኣዳራሻት፡ መሐምበሲ ማእከላት፡ ቤተምቾታት፡ መሐምበሲታት ሆቴላትን ተመሳሰልትን ይዕጸው። ይኹን እምበር ንዞም ዝስዕቡ ዕድላት ንምሃብ ይኽፍቱ፡ ።
  - ንትምህርቲ ምሕንባስን ጥርኑፍ ስልጠና ምሕምባስን ዝተፈላለዩ ዓይነታት ልምምዳትን ንትሕቲ 20 ዝዕድሚኦምን ንቀዳማይ ደረጃ ሞያውያን ስፖርተኛታትን።
  - ብኣኣንጋዲ ንዝዳለው እንተ ብውልቀ ወይ ብንኡሳን ጉጅለታት ዝካየዱ ንጥፈታት ከምኒ ዳግመ-ሕውየት ልምምዳትን።

- ብቑጸራ ተኣዚዙ ዝካየድ ውልቀ ልምምድን ፍወሳዊ ኣገልግሎትን፡ ምሕንባስ ከም ፍወሳ ምስ ዝኸውን።

- መዘናግዒ ቀጽሪታት፡ ኣዳራሻት ቢንጎ፡ መጻወቲ ኣዳራሻት፡ መጻወቲ ማእከላት፡ ኣዳራሻት ቦውሊንግን ተመሳሰልቲ ቦታታትን።

- ቤተመዘክር።

- ሲነማ፡ ትያትር፡ ማእከላት ምርኢትን ተመሳሳሊ ባህላዊን መዘናግዒ ማእከላትን።

- ካልኦት ህዝባውያን ማእከላትን ባህላውን ምዝንጋዕን ዝካየደሉ ወይ እውን ኣብ ውሽጣዊ ኣዳራሽ ብዝሒ ሰባት ዝእከብን ንጥፈታት ዕረፍትን ትርፊ ግዜን።

- ጥርኑፍ ባህላውን ስፖርታውን ንጥፈታት ዕርፍትን ትርፊ ግዜን ዝካየደሎም ወግዓውያን ቦታትትን ትካላትን ንትሕቲ 20 ዝዕድሚኦም ቈልዑን መንእሰያትን ግዳማዊ ንጥፈታትን ጥርኑፍ ውሽጣዊ ልምምዳትን ንቀዳማይ ደረጃ ስፖርተኛታትን ክኸፍቱሎም ይኽእሉ ኢዮም፡ ይኹን ድእ እምበር ኣብ ከምዚኦም ዝኣመሰሉ ቦታታት ናይ ካልኦት ንጥፈታት ዕርፍትን ትርፊ ግዜን ክካየድ የብሉን።

ምሕጽንትታት:

- ኣብ ናይ ገዝእ ርእስኻ ቤት ካብ ሓሙሽተ ንላዕሊ ኣጋይሽ ክህልውኻ ኣይግባእን። ርክባት ኣብ ግዳም ንክካየድ ንምሕጸን።

- ኣብ ንክትላባዓሉ ኣስጋኢ ዝኾነ ኩነታት ምስ ካልኦት ሰባት ዘራኽበካ ኣጋጣሚታትን (ኣብ ከምኒ ጽዑቕ ኣካላዊ ንጥፈታት ምዝማርን ምድራፍን ወይ እውን ዝጭደረሉ ኣጋጣሚታት መሳሊ) ካብ ተነካእቲ ንዝኾኑ ሰባትን ዘሎዎ ናይ 2 ሜትሮ ርሕቀት ሓሉ።

- ኩሉ ሰብ ካብ ኣድላይነት ዘይብሉ መገሻ ይወገድ። ስራሕ ንምኻድ ዝካየድ ጉዕዞ ከም ግድን ምስ ዝቕኣር ኢዩ። ንመብዛሕቲኦም ግና ኣብ በቤቶም ኰይኖም ንክሰርሑ ኢዮም ዝጥለብ ዘሎ።

- ነፍሰ ወከፍ ኣብ ከከባቢ ንኡስ ዞባኡ ዘሎ ማእከለ ዕዳጋን/ዱኳን ናውትን ትካላትን ንክጥቀም መንግስቲ ይምሕጸን።

- ኣብ እዋን ዕረፍቲን ትርፊ ግዜን ንዝኸየዶ ቤት ምኻድ ክኸየድ ይከኣል ኢዩ፡ እንተኾነ መምስ መቃምጥትኻ ጥራሕ። ቅድሚ ምብጋስ ግና፡ ኣብ ንኡስ ዞባኻ ኩሉ እቲ ዘድልየካ ዘብኡ ትሸማምት። ኣብቲ ትኸዶ ቦታ ዘለው ድኳናት፡ ቤት መግቢታት ወይ እውን ብዝሒ ሰባት ዝእከብሉ ቦታታት ዘይምኻድ። ብሺ ኣብ ትንሸራታተሉ እዋን ኣብቲ መስመር ዘጋጥሙኻ ካልኦት ሰባትን ኣብ ቴለፈሪካ ሺን ኣብ ግዳም ንዝዛወሩ ሰባትን ርሕቀትካ ምሕላው። ኣብቲ እትኸዶ መዛወሪ ንኡስ ዞባ ዝምልከት ሕግታትን ምኽሪታትን ኣስተውዒልካ ተኸታተሎም። ኣጋይሽ ኣይትቀበል። [Se FHIs råd for bruk av alpinanlegg./ንቦታታት ኣልፒን ዝምልከቱ ምኽርታት ትካል ህዝባዊ ጥዕና ተመልከት]

- ኣብ ህዝባዊ መጓዓዝያ ብዝምልከት ንኡሳን ዞባታት ይኹና ዞባውያን ንኡሳን ምምሕዳር ትርር ዝበሉ ስጉምቲታት ከተኣታትዋ ይግብኣን፡ ከም ንኣብነት መጓዓዝያታት ፍርቂ ዓቕመን ጥራሕ መሊኣን ንክኸዳ ዝብል ስጉምቲ ክኸውን ይኽእል።

ግዴታ ምጥቃም መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን

- ንካልኦት መናብርትኻ ዘይኮኑ ሰባት ንሕጽር ዝበለ እዋን ኣብ ትሰግረሉ ኣጋጣሚታት ገዲፍካ ሓደ ሜትሮ ርሕቀት ክትሕልወሉ ኣብ ዘይትኽእለሉ ቦታታት ከም ድኳናት፡ሓባራዊ ቦታታት ማእከላት ዕዳጋ፡ኣብ ኣባይቲ-መግብን መስተን፡ ኣባይቲ-ሃይማኖትን እምነትን፡ህዝባዊ መጓዓዝያን ኣብ ውሽጢ ፌርማታታት ህዝባዊ መጓዓዝያን ኣዳራሻት ባህሊ፡ ስፖርትን ንጥፈታትን መሸፈኒ ኣፍን ገጽን ክትጥቀም ኣለካ፡
- ተሳፈርቲ ታክሲ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክጥቀሙ ኣለዎም። ተሳፋሪ ቅድሚ ታክሲ ምድያቡ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክለብስ ኣለዎ፡ ጉዕዞ ክይተጨረሸን ካብ ታክሲ ከይወጽኣን ድማ እቲ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክኣልዮ የብሉን። መራሕ ታክሲ እውን ብተመሳሳሊ ተሳፈርቲ ምስ ዝህልውዎ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀም ግዴታኡ ኢዩ።
- እንተወሓደ ካብ በጻሕቶም ናይ ሓደ ሜትሮ ርሕቀት ኣብ ክሕልዉሉ ዘይክእሉ ቦታታት ንዝሰርሑ ሰራሕተኛታት መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀሙ ግዴታኦም ኢዩ። ብመሰረት ምኽሪታት ትካል ህዝባዊ ጥዕና ኖርወይ ካብ ለብዒ ንምክልኻል ካልእ ስጉምቲታት ንዘተኣታተዉ ሰራሕተኛታት ከምኒ ንከውሊ ገጽ/ቪዝየራ፡ መፈላለዪ መናድቕን ተመሳሳሊን ዝኣመሰሉ ንዘለዎም መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀም ግዴታኦም ኣይኮነን።
- ትሕቲ 12 ዝዕድሚኦም ቈልዑ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንክጥቀም ግዴታኦም ኣይኮነን፡ ወይ እውን ነቶም እንተ ብሕክምናዊ ወይ ካልእ ምኽንያታት መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክጥቀሙ ዘይክእሉ እውን ኣይምልከትን ኢዩ።

ኩለን ንኡሳን ዞባታት ኣብ ከከም ኩነታት ለብዒታት ከባቢኦን ብምሙርኳስ ተረርቲ ምኽሪታትን ሕግታትን ከተኣኣትትዋ ይኽእላ ኢየን። ስለዚ ድማ ኣኣብ ንኡስ ዞባኻ ዝምልከተካ ንምፍላጥ ምክትታል ኣገድሲ ኢዩ።

ብዞባዊ ደረጃ ምስ ዝባራዕ እንታይ ይግበር፡ መንግስቲ ኸኣ ስጉምቲታት ንምትእትታው ክውስን ይግደድ?

ኣብያተ ጽሕፈት ጉዳያት ጥዕናን ትካል ህዝባዊ ጥዕናን ምስተን ዝምልከተን ንኡሳን ዞባታትን ዞባዊ ምሕደራን ሓቢሮም ብምልዝዛብ፡ ንኡሳን ዞባታት ከተኣታትውኦ ዘለዎን ስጉምቲታትን ክህልውኦን ዘለዎን ደረጃታት ስጉምቲታትን ብዝብል ኢዮም ምኽርታቶም ንመንግስቲ ዝልግሱ።

ደረጃታት እዘን ስጉምቲታት ኣብ መምርሒ ኮቪድ-19 ምዕራፍ 5A፡ 5Bን 5Cን ተደንጊጉ ኣሎ። ኣብቲ መምርሒ ዘይለ ምሕጽንትታት እውን ይቐርብ ኢዩ።

ገለ ገለ ንኡሳን ዞባታት እዚ ውሳኔታት እዚ ዝምልከተን ክነሱ ብሰንኪ ፍሉይ ናይ ከባቢአን ኩነታት ከኸርራ ወይ ተወሳኺ ምኽሪ ንክረኽባ ይመርጻ ኢየን። ኣብ ልዕሊ እዘን ዝተፈላለያ ደረጃታት ስጉምቲታት ብርክት ዝበሉ ምኽሪታት ዝስዕቡ እውን ኣለው ኢዮም- እዞም ምኽሪታት እዚኣቶም ግና ኣብቲ መምርሒታት የለውን።
እተን ንኡሳን ዞባታት እንተደልየን ነቲ ናይ መንግስቲ ስጉምቲታት ንምጥንካር ናይ ገዛእ ርሰን ከባቢያዊ መምርሒታት ክውስና ይኽእላ ኢየን። ካብቲ ናይ መንግስቲ ቕልል ዝበለ ስጉምቲታት ክውስና ግና ኣይክእላን ኢየን። ከከም ምዕባሌታት ኩነታት ባርዕ ለብዒን ኩነታት ለብዒን መንግስቲ ብወገኑ ምስ ግዜ ምኻድ ከም ንኣብነት ካብ ደረጃ ሀ/A ናብ ደረጃ ለ/C ንክሰጋገራ ብዝብል ውሳኔ ክሕልፍ ይኽእል ኢዩ።

ንኣብነት ባርዕ ለብዒ ኖርድረ ፎሎ/Nordre Follo

ንኡስ ዞባ ኖርድረ ፎልሎ ኣብ ሓደ ቅዳመሰንበት ካብ ዕለት 22 ክሳብ 24 ጥሪ ሓደ ካብቶም ኣዝዮም ተላባዕቲ ዝኾነ ተቐያያሪ ባህርያት ዘሎዎ ቫይረስ እንግሊዝ ተባሪዑ ኔሩ፡ ዝያዳ ተላባዒ ብምኻኑ ከይኣኽል ከኣ ንድሕሪት ተመሊስካ ካብ ወጻኢ ሃገር ብምምጽኡ ምንጩ ንምንዳዩ ዘይከኣል ኰይኑ። ንኡስ ዞባ ኖርድረ ፎልሎ ኸኣ ምስ ከባቢ ኦስሎን-ፎልሎ ብጽዑቕ ዝተዋሃሃደ ኢዩ፡ በዚ ምኽንያት ከኣ ኣብ መንጎ ብዙሓት ንኡሳን ዞባታት ተሪርን ምውህሃድን ዝሓትት ስጉምቲታት ንክተኣታቶ ኣድላይነቱ ልዑል ኔሩ።

ኣብ መንጎ ንኡሳን ዞባታትን ኣብያተ ጽሕፈት ጉዳያት ጥዕናን፡ ትካል ህዝባዊ ጥዕናን ዞባዊ ምምሕዳርን ኣኼባ ድሕሪ ምኪያዱ፡ ነተን ንኡሳን ዞባታት መንግስቲ ኣገዳሲ ዝኾነ ውሳኔታት ክውስነለን ከም ዘለዎ ስምምዕ ተበጺሑ። እንተዘይኰይኑ ዝነበረ ኣማራጺ እተን 25 ንኡሳን ዞባታት እንተ ብቐጥታ ወይ ብተዛዋዋሪ በቲ ባርዕ ለብዒ ምስ ተለኻኸማ ዝተፈላለዩ ስጉምቲታት ብምትእትታው ዘይተደላዪ ሳዕቤናት ዘኽትሎ ንምውጋድ ነንከባቢአን ዝምልከት 25 ከባቢያዊ መምርሒታትን ምሕጽንታታትን ብምትእትታው ንከወሃሃዳ ምስ ተገደዳ ኔረን። ግዜ ምበልዓለንን እቶም ዝተኣታተው ስጉምቲታት እውን ንህዝብን ንምብጻሕን ንምርዳእን እውን ኣዝዩ መኽበዶን ኔሩ።

ኑርድረ ፎሎ ካልኦት 9 ንኡሳን ዞባታታን ምስ ነናሕድሕደን ኣዝየን ዝተጣባበቓ ብምኳነን ናብ ደረጃ ስጉምቲታት A ኣትየን። ምስአን ዝዳወባ 15 ንኡሳን ዞባታት ከኣ ናብ ደረጃ ስጉምቲታት B/ለ ኣትየን።