# ምሕጽንታታት መንግስቲ ንቅነ ፋሲካ

## ዕረፍቲ ቅነ ኣፋሲካ ቀሪቡ ኣሎ፡ በዚ ኣጋጣሚ ዕረፍቲ ፋሲካ ብዝተኻእለ መጠን ብርጡብ ስንፍልጠታዊ ኣገባብ ከመይ ጌርና ከነሕልፎ ከም እንኽእል መንግስቲ ምኽርታቱ ይልግሰልና።

እዞም ምሕጽንታታት ኣብ ግምገማትን ርእይቶታትን ኣብያተ ጥዕናን ትካል ህዝባዊ ጥዕናን ዝተሞርኮሱ ኢዮም።

- ኩነታት ለብዒ ኣብ ኖርወይ ኣይተረጋገአን ኢዩ ዘሎ፡ ኣብዘን ዝሓለፉ ሳምንታት ድማ ቁጽሪ ለብዒታት ክዓርግ ጸኒሑ ኣሎ። ብዙሓት ኣብ ቅነ ፋሲካ ጌሾም ምስ ብዙሓት ካልኦት ሰባት እንተድኣ ተራኺቦም ከኸትሎ ዝኽእል ሳዕቤናት ኣሻቒሉና ኣሎ ይብል ሚነስተር ጥዕናን ክንክንን በንት ሆየ።

ኩነታት ለብዒ ብጥብቂ ኢና ንከታተሎ ዘለና፡ እዞም ስጉምትታት ከኣ ኣብ ሓጺር ግዜ ክቕየሩ ይኽእሉ ኢዮም። ኣድለይቲ ዘይኮኑ መገሻታት ንምውጋድ ዘሕለፍናዮም ምሕጽንታታት ንቕነ ፋሲካ እውን ዝምልከቱ ኢዮም። ንወጻኢ ሃገር ከሳብ ግድን ክትገይሽ ዘይተገደድካ ምኽርና ንከተወግዶ ኢዩ።

-ኣብ ውሽጢ ኖርወይ ናብ ንትርፊ ግዜና እንጥቀመሎም ኣባይቲ ምጋሽ ከም ግድን ክኽየድ ዘለዎ ኣድላዪ መገሻ ኲይኑ እኳ ወላ ኣይቆጸር፡ ለብዒ ንምግታእ ተወሳኺ ጥንቃቐታት ዝገብሩ ሰባት ግን ናብ ቤተ-በረኻኦም ክኸዱ ክፍቀደሎም እዩ። ሰብ ኣቐዲሙ ኣስፔዛ ክሽምቱ፡ እንተ ተኻኢሉ ህዝባዊ መጓዓዝያ ካብ ምጥቃም ከወገዱን ካብ ካልኦት ርሕቀት ክሕሉውን ምሕጽንታና ነሕልፍ ይብል ሆየ።

ሓሚምካ እንተደኣ ኮይንካ ኣብ ቅነ ኣፋሲካ ኣብ ቤትካ ክትወጽ የብልካን። ኣብ ቤት-በረኻኻ ከለኻ እንተደኣ ሓሚምካ ከኣ ንቤትካ ክትምለስ ይግበኣካ። ተወሺብካ ውጽኢት መርመራ ትጽበ እንተደኣ ሃሊኻ ኮይንካ ድማ ኣብ ቤትካ ትውሸብ። ኣብ ልዑል ለብዒ ዘለዎ ቦታታት ዝቕመጡ ሰባት ኣብ ከምኒ ኦስሎ ዝኣመሰሉ ኣብ ብዙሓት ሰባት ዝእከቡሉ ቦታታት ከም ሆቴላትን መሕደሪ ቦታታትን ምኻድ ከወግዱ ይግብኦም።

-ኩላትና ንራኽቦም ሰባት ብዝሖም ካብቲ ልሙድ ዝበሃል ከምዝቕንሱ ክንገብርን ርክባትን ንጥፈታትን ብዝተኻእለ መጠን ኣብ ደገ ክካየዱ ምሕጽንታ ነሕልፍ ይብል ሆየ።

ሃይማኖታዊ ጉባኣታትን ካልኦት ሃይማኖታዊ በዓላትን ንብዙሓት ሰባት ኣገዳሲ ክፋል ፋሲካ ከም ምዃኑ ፍሉጥ እዩ። ኣብቲ ዝቕመጡሉ ቦታታት ሰባት ኣብ ሃይማኖታዊ ጉባኣታትን እንግዶታትን ክሳተፉ ይኽእሉ እዮም፡ ይኹን ደኣ እምበር ካብ ንኡስ-ዞባኦም ወጻኢ ዝካየዱ ምትእኽኻባት ከወግዱ ይግብኦም።

### ንቕነ ፋሲካ እዞም ዝስዕቡ ምሕጽንታታት ይምልከቱና

## ሓፈሻዊ

- እንተተጸሊኡካ ካብ ቤትካ ኣይትውጻእ፡ ከምኡውን ብኮቪድ-19 ተለኺፈ ክኸውን ይኽእል እየ ዝብል ጥርጣረ እንተደኣ ሃልዩካ ድማ ብዝቐልጠፈ ተመርመር።

## መገሻታት

- ግድን ክኸየድ ዘለዎ ኣድላዪ መገሻ ክሳብ ዘይኮነ ንወጻኢ ሃገር ኣይትግሸ ዝብል ምኽሪ ነመሓላልፍ። ኣብ ውሽጢ ኖርወይ ኣድለይቲ ዘይኮኑ መገሻታት ኣወግድ።
- ይኹን ደኣ እምበር ክሳብ ኣብ መገድን ኣብ ትገሾ ቦታን ለብዒ ንኸየስፋሕፍሕ ፍሉይ ጥንቃቐታት ዘዘውተርካ (ትውንኖ/ዝተለቃሕካዮ/ዝተኻረኻዮ) ኣብ ትርፊ ግዜኻ ትጥቀመሉ ቤት ክትገይሽ ትኽእል ኢኻ። ምስ መናብርትኻ ወይ ማዕረ መናብርትኻ መቓርብትኻ ዝኾኑ ሰባት ግሽ፡ ብዝተኻእለ መጠን ቅድሚ ምጋሽካ ኣስፔዛ ሽማምት፡ ከምኡ'ውን ካብ ካልኦት ርሕቀት ሓሉ።
- ኣብ ትርከበሉ ንኡስ-ዞባ ኣየኖት ስጉምትታት ይምልከቱኻ ከተጻሪ ኣገዳሲ እዩ፡ ንኣብነት ኣብቲ ናይቲ ንኡስ-ዞባ ገጽ መርበብ ሓበሬታ ብምእታው ወይ ኣብ helsenorge.no ብምእታው ዝምልከት ሓበሬታ ክርከብ ይከኣል።
- እቲ ትገሾ ንኡስ-ዞባ ካብቲ ትነብረሉ ንኡስ-ዞባ ስጉምትታቱ ዝፈኾሰ እንተደኣ ኮይኑ መብዛሕቲኡ ግዜ እቶም ኣብቲ ትነብረሉ ቦታ ዝምልከቱኻ ምኽርታት ክትክተሎም ይግበኣካ።
- ተወሺብካ እንተደኣ ሃሊኻ ወይ ውጽኢት መርመራ ትጽበ ሃሊኻ ኮይንካ ኣብ ዕረፍቲ ቅነ ኣፋሲካ ክትገይሽ ኣይግበኣካን እዩ፡ እዚ ንቤት-በረኻ/hytte እውን ይምልከት ኢዩ።
- .ኣብ ቤት-በረኻ/hytte ከለኻ እንተደኣ ሓሚምካ ገዛኻ ክትምለስ ይግበኣካ። ተደዊሉልካ ክትውሸብ ኣለካ እንተደኣ ኢሎምኻ ድማ ናብ ገዛኻ ክትምለስ ይግበኣካ።
- ኣብ ውሽጢ ሃገር ናብ ሆቴል ክትገይሽ ትኽእል ኢኻ፡ ይኹን ደኣ እምበር ካብ ካልኦት ኣጋይሽ ርሕቀት ሓሉ፡ ከምኡ ውን ኣብ ሓባራዊ ቦታታት ትጸንሓሉ ግዜ ደረት ግበረሉ። ካብ ልዑል ለብዕን ከበድቲ ከባብያዊ ስጉምትታትን ዘለዎ ቦታ እንተደኣ መጺኻ ናብ ሆቴል ወይ ብዙሓት ሰባት ዝእከቡሉ ተመሳሳሊ መሕደሪ ቦታታት ክትገይሽ ኣይግበኣካን።
- ካብ ቤት-በረኻ ናብ ቤት-በረኻ እንተዘይ ተንቀሳቐስካ ይሓይሽ ኢልና ምኽርና ንልግስ፡ ምኽንያቱ ከምኡ ምግባር ለብዒ ንከስፋሕፍሕ ዘሎ ተኽእሎ ኣጸቢቑ ስለ ዘንህሮ።
- ሰራሕተኛታት ዘይብሉ ቤት-በረኻ ክትጥቀም እንተኾይንካ ድማ ኣቐዲምካ ክትሕዞ ዘኽእለካ ዕድል ክህሉ ይግብኡ፡ መታን ብዙሓት ስድራቤታት/ገያሾ ኣብ ሓደ እዋን ኣብኡ ከይህልዉ።
- እቶም ምሕድግ ዝበሉ ኣባይቲ-በረኻ ብቐሊሉ ዘይእተው እንተኾይኖም ሕክምናዊ ሓገዝ ምሃብን ናይ ምውሻብ/ምምርማር ዕድላትን ንሰበ-ስልጣን ጥዕና ብድሆታት ክፈጥሩሎም ስለዝኽእሉ ናይቲ ከባቢ ሰበ-ስልጣን ከምኡ ዓይነት ኣባይቲ-በረኻ ንክዕጸዉ ክግምግምዎ ይግብኦም።

- ንወጻኢ ሃገር ምጋሽ ግድን ኣድላዪ ኣብ ዝኾነሉ እዋናት (ንኣብነት ንኣብ ካልእ ሃገር ዝርከቡ ወለዶም ዝበጽሑ ቈልዑ) ኣብ ጉዕዞ ጥንቁቕ ምዃንን ክትምለስ ከለኻ ሕግታት ውሸባን ግዴታ መርመራን ከተኽብሮምን ልዑል ኣገዳስነት ከም ዘለዎ ዘይምዝንጋዕ።
- ኣብ ጽላት ቱሪዝም ዝዋፈሩ ኣካላት ተኽእሎታት ምስፍሕፋሕ ለብዒ ንምቕናስን ምኽርታት ምክልኻል ለብዒ ምኽታሎም ንኽቃልሉን ኣብ ሓባራዊ ቦታታት ክኣትዉ ዝኽእሉ ሰባት ደረት ክገብሩሎም ይግባእ።

**ማሕበራዊ ምርኻብ**

- ኣብ ሰሙን ምስ ልዕሊ 10 ሰባት ኣብ ማሕበራዊ መዳያት ምርኻብ ከተወግድ ይግበኣካ።
- ኣብ ገዛኻ ልዕሊ 5 ሰባት ምእንጋድ ከተወግድ ይግበኣካ። ትነብረሉ ንኡስ-ዞባ ኣጋይሽ ምእንጋድ ከተወግድ ኣለካ ዝብል ምሕጽንታ እንተደኣ ሃልዩዎም ኮይኑ እዚ ምኽሪ ኣብ ዝሃለኻ ሃሊኻ ኣብ ገዛኻ ይኹን ቤት-በረኻ ወይ ካልእ ቦታ ክትክተሎ ይግበኣካ።
- ካብ ልዑል ለብዕን ከበድቲ ከባብያዊ ስጉምትታትን ዘለዎ ቦታ እንተደኣ መጺኻ ሓዳሮ ኣጋይሽ እንተዘይ ኣእንገድካ ይሓይሽ ዝብል ምሕጽንታ ነሕልፈልካ። ትሕቲ 20 ዓመት ዝዕድሚኦም ቈልዑን መንእሰያትን በይኖም ዝቕመጡ ሰባትን ግን ካብ 1 ክሳብ 2 ቀወምቲ ሓደርቲ መሓዙት ከእንግዱ ይኽእሉ እዮም።
- እንተ ተኻኢሉ ግዳማዊ ንጥፈታት ምረጽ። ብዙሓት ሰባት ዝእከቡሉ ርሕቀት ክትሕልወሉ ቀሊል ዘይኮነሉ ቦታታት ከም ቤት መግብን መስተን፡ እንዳ ሻሂ፡ መማሞቒ ቤትን፡ መጻወቲ ቦታ፡ መሕንበስን ተመሳሰልን ዝኣመሰሉ ካብ ምኻድ ኣወግድ። ናብ ሜዳ/ቦታ ኣልፒን ክትከይድ ትኽእል ኢኻ፡ ካብ ብዝሒ ጭቕጭቕ ዘልዎ ቦታታት ምኻድ ግና ተወገድ።

**ሃይማኖታዊ ጉባኣታትን ካልኦት በዓላትን**

- ኣብ ቅነ ፋሲካ ዝካየዱ ሃይማኖታውያንን ካልኦት ዘይሃይማኖታውያን በዓላትን እምነታዊ ምትእኽኻባትን እንግዶታትን ዝምልከቱ ሕግታት፡ መምርሒታትን ምሕጽንታታትን እዮም ዝቕየዱ። ካብ ንኡስ-ዞባኻ ወጻኢ ኣብ ከምዚኦም ዓይነት ምትእኻኻባት ክትሳተፍ ኣይግበኣካን።