

**gent:**



# Stop samen met ons het coronavirus



## Спрете коронавируса заедно с нас



**NEDERLANDS**

**BULGAARS**

## De gouden regels



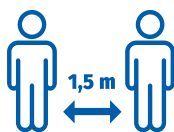
Was vaak je handen



Wees voorzichtig met ouderen en zieken



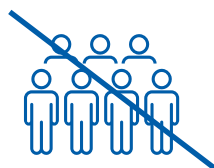
Spreek buiten af



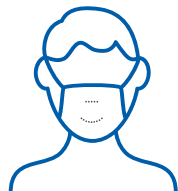
Hou afstand (1,5 meter)



Beperk je contacten



Kom niet in groep samen



Draag een mondmasker

## Златните правила



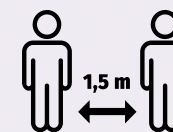
Мийте си редовно ръцете



Бъдете внимателни с възрастните хора и болните



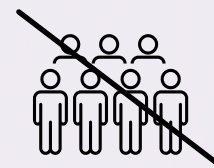
Срещайте се навън



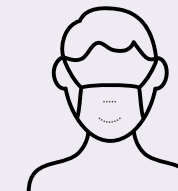
Спазвайте дистанция (1,5 метра)



Ограничете вашите контакти



Не се срещайте в група



Носете предпазна маска

## Waar en hoe gebruik je een mondmasker?

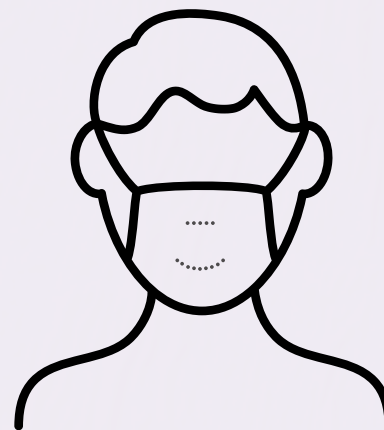
- >> Neem altijd een mondmasker mee.
- >> Draag het mondmasker waar dit verplicht is. En op drukke plaatsen waar je geen afstand kunt houden van andere mensen.
- >> Het mondmasker moet je neus én mond bedekken.
- >> Lees de geldende maatregelen op [www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be).



In Gent moet je een mondmasker dragen in het hele winkelwandelgebied, net als in enkele drukke straten erbuiten. De verplichting geldt ook voor fietsers, skaters en steppers. Dit gebied kan veranderen door de coronatoestand. Je vindt een kaartje op [www.stad.gent/corona](http://www.stad.gent/corona).

## Къде и как да използвате предпазна маска ?

- >> Винаги носете със себе си предпазна маска.
- >> Носете предпазната маска, където е задължително. И на оживени места, където не можете да бъдете на дистанция от други хора.
- >> Предпазната маска трябва да покрива носа и устата Ви.
- >> Прочетете приложимите мерки на [www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be).



В Gent трябва да носите предпазна маска в цялата пешеходна зона за пазаруване, както и в някои от най-оживените улици извън тази зона. Задължението се отнася и за колоездачи, скейтъри и ездаци на тротинетки. Тази зона може да се промени поради състоянието на коронавируса. Можете да намерите карта на [www.stad.gent/corona](http://www.stad.gent/corona).

## Je voelt je ziek



**1** Bel een huisarts of het nummer **1733** (van 19 tot 8 uur en in het weekend). Zeg of je in het buitenland geweest bent.

**2** De arts beslist of een test nodig is en maakt een afspraak.



**3** Heb je een afspraak voor een test? Blijf dan thuis in quarantaine.

**4** Laat de test(s) afnemen:

- Test je positief (je bent besmet)? Blijf in quarantaine en volg de instructies van je arts.
- Test je negatief (je bent niet besmet) en ben je niet in het buitenland geweest? Je hoeft niet meer in quarantaine te blijven.
- Test je negatief en ben je in het buitenland in een rode zone geweest? Blijf in quarantaine tot 14 dagen na je terugkeer uit het buitenland. Alleen na een tweede negatieve test kun je misschien vroeger uit quarantaine. Bespreek dit met je huisarts.



**5** Noteer alvast de gegevens van de personen met wie je de laatste 2 weken langer dan 15 minuten op minder dan 1,5 meter in contact kwam: naam, telefoonnummer, adres, geboortedatum en e-mailadres.

## Чувствате се болни



**1** Обадете се на личния лекар или на номер **1733** (от 19:00 до 8:00 ч. и през почивните дни). Кажете дали сте били в чужбина.

**2** Лекарят решава дали е необходимо тестване и назначава час.



**3** Имате ли час за тест? Тогава останете вкъщи под карантина.

**4** Направете тест(ове):

- Тестът ви е положителен (заразени сте)? Останете под карантина и следвайте инструкциите на Вашия лекар.
- Тестът ви е отрицателен (не сте заразени) и не сте били в чужбина? Вече не е нужно да оставате под карантина.
- Тестът ви е отрицателен и сте били в червена зона в чужбина? Останете под карантина до 14 дни след завръщането си от чужбина. Само след втори отрицателен тест може да излезете от карантината по-рано. Обсъдете това с Вашия лекар.



**5** Запишете данните на хората, с които сте били в контакт на по-малко от 1,5 метра за повече от 15 минути през последните 2 седмици: име, телефонен номер, адрес, дата на раждане и имейл адрес.

## Je komt uit het buitenland en voelt je niet ziek

### Langer dan 48 uur in het buitenland geweest?

Je bent verplicht het formulier **Passenger Locator Form** in te vullen. Doe dit 48 uur voor je terugkomt uit het buitenland. Je vindt het formulier op [travel.info-coronavirus.be](https://travel.info-coronavirus.be). Neem het formulier en de code die je gekregen hebt altijd mee op je afspraken.

Check op de dag van je terugkeer de **kleurcode** van het gebied dat je bezocht hebt op [diplomatie.belgium.be](https://diplomatie.belgium.be):

- >>Kom je uit een gebied met code rood, dan ben je verplicht om de stappen hieronder te volgen.
- >>Kom je uit een gebied met code oranje, dan raden we je aan om de stappen hieronder te volgen.



- 1 Maak een afspraak met het testcentrum op [gent.testcovid.be](https://gent.testcovid.be) of **09 210 10 40**. Gebruik de code die je gekregen hebt bij het invullen van het formulier 'Passenger Locator Form'. Of bel 09 210 10 40 voor ondersteuning bij het registreren. Voor alle andere vragen, bel **0800 14 689**.



- 2 Blijf 14 dagen thuis in quarantaine.

- 3 Laat de test(s) afnemen in het testcentrum van AZ Jan Palfijn. Neem je 'Passenger Locator Form' mee:
  - a. Test je positief (je bent besmet)? Blijf in quarantaine en volg de instructies van je arts.
  - b. Test je negatief (je bent niet besmet)? Blijf in quarantaine tot 14 dagen na je terugkeer uit het buitenland. Alleen na een tweede negatieve test kun je misschien vroeger uit quarantaine. Bespreek dit met je huisarts.



## Връщате се от чужбина и не се чувствате болни

### Били ли сте в чужбина повече от 48 часа?

Вие сте задължени да popълните формуляра за локация на пътници **Passenger Locator Form**. Направете това 48 часа преди да се върнете от чужбина. Можете да naмерите формуляра на [travel.info-coronavirus.be](https://travel.info-coronavirus.be). Vинаги носете формуляра и кода, който ste получили, със себе си на своите срещи.

V деня на завръщането vi проверете **цветовия код** на района, който ste посетили, на [diplomatie.belgium.be](https://diplomatie.belgium.be):

- >>Ако идвате от район с червен код, вие ste дължни да следвате стъпките по-долу.
- >>Ако идвате от район с оранжев код, препоръчваме vi да следвате стъпките по-долу.



- 1 Уговорете среща с тестовия център на [gent.testcovid.be](https://gent.testcovid.be) или **09 210 10 40**. Използвайте кода, който ste получили, когато popълнихте формуляра за локация на пътници „Passenger Locator Form“. Или се обадете на 09 210 10 40 за помощ при регистрацията. За всички останали въпроси звънете на телефон **0800 14 689**.



- 2 Останете вкъщи под карантина 14 дни.

- 3 Направете теста (тестовете) в тестовия център на AZ Jan Palfijn. Донесете формуляра си за локация на пътници 'Passenger Locator Form':
  - a. Тестът vi е положителен (заразени ste)? Останете под карантина и следвайте инструкциите на Вашия лекар.
  - b. Тестът vi е отрицателен (не ste заразени)? Останете под карантина до 14 дни след завръщането си от чужбина. Само след втори отрицателен тест може да излезете от карантината по-рано. Обсъдете това с Вашия лекар.



## Een contactonderzoeker contacteert je, je voelt je niet ziek

### Wat is contactonderzoek?

Als je corona hebt of onlangs in contact geweest bent met iemand die corona heeft, contacteert een contactonderzoeker je. Je krijgt dan:

- >> een telefoontje van het nummer 02 214 19 19
- >> een sms van het nummer 8811
- >> of een bezoekje

**Tip:** sla deze nummers op in je gsm zodat je ze meteen herkent. De contactonderzoeker vraagt met wie je onlangs contact hebt gehad. De contactonderzoeker contacteert deze mensen. Als er risico is dat zij corona hebben, vraagt de contactonderzoeker hen een test te doen. Zo ontdekken we sneller wie corona heeft en besmetten we minder mensen.

**Werk mee aan het contactonderzoek en help ons levens te redden.**



- 1 Maak een afspraak met het testcentrum op [gent.testcovid.be](https://gent.testcovid.be) of **09 210 10 40**. Gebruik de code die je gekregen hebt bij het invullen van het formulier 'Passenger Locator Form'. Of bel 09 210 10 40 voor ondersteuning bij het registreren. Voor alle andere vragen, bel **0800 14 689**.



- 2 Blijf 14 dagen thuis in quarantaine.

- 3 Laat de test(s) afnemen in het testcentrum van AZ Jan Palfijn:
  - a. Test je positief (je bent besmet)? Blijf in quarantaine en volg de instructies van je arts.
  - b. Test je negatief (je bent niet besmet)? Blijf in quarantaine tot 14 dagen na het laatste risicocontact. Alleen na een tweede negatieve test kun je misschien vroeger uit quarantaine. Bespreek dit met je huisarts.



## Лице, проследяващо контактите се свързва с вас, Вие не се чувствате болни

### Какво е проследяване на контакти?

Ако имате коронавирус или наскоро сте били в контакт с някой, който има корона, с вас ще се свърже лице, което проследява контактите. Ще получите:

- >> телефонно обаждане от 02 214 19 19
- >> текстово съобщение sms от 8811
- >> или посещение

**Съвет:** запишете тези номера на мобилния си телефон, така че да ги разпознаете веднага.

Лицето, проследяващо контактите пита с кого наскоро сте били в контакт. Лицето, проследяващо контактите се свързва с тези хора. Ако има риск те да имат коронавирус, лицето, проследяващо контактите ще ги помоли да направят тест. По този начин по-бързо откриваме кой има коронавирус и заразяваме по-малко хора.

**Участвайте в изследването за проследяване на контактите и ни помогнете да спасим животи.**



- 1 Уговорете си среща с тестовия център на **gent.testcovid.be** или **09 210 10 40**. Използвайте кода, който сте получили от лицето, проследяващо контактите. Или се обадете на 09 210 10 40 за помощ при регистрацията. За всички останали въпроси звънете на телефон **0800 14 689**.



- 2 Останете 14 дни вкъщи под карантина.

- 3 Направете теста (тестовите) в тестовия център на AZ Jan Palfijn:
  - a. Тестът ви е положителен (заразени сте)? Останете под карантина и следвайте инструкциите на Вашия лекар.
  - b. Тестът ви е отрицателен (не сте заразени)? Останете под карантина до 14 дни след последния рисков контакт. Само след втори отрицателен тест може да излезете от карантина по-рано. Обсъдете това с Вашия лекар.



## Wat is quarantaine?

Je moet in quarantaine als je ziek bent of zou kunnen zijn. Bijvoorbeeld als je naar een land geweest bent met veel besmettingen. Of als je in contact gekomen bent met iemand die besmet is.



### Blijf 14 dagen thuis

- > Blijf thuis. Je mag in je eigen tuin of op je eigen terras zitten.
- > Laat geen andere mensen binnen in je huis dan zij die er wonen.
- > Vermijd zoveel mogelijk fysiek contact met je huisgenoten.
- > Ga alleen naar buiten als het echt moet: om eten te kopen, naar de dokter te gaan of medicijnen te halen. Draag dan altijd een mondkapje. Vraag iemand anders om je boodschappen te doen, als dat kan.
- > Verlucht je huis goed.



### Volg je gezondheid goed op

- > Meet 2 keer per dag je temperatuur.
- > Bel je huisarts als je symptomen hebt (ademhalingsproblemen, hoesten, keelpijn, ...) en laat je opnieuw testen.



### Zorg voor een goede hygiëne

- > Gebruik nooit dezelfde spullen als je huisgenoten.
- > Gebruik een ander toilet en badkamer dan je huisgenoten, als dat kan.
- > Poets dingen die je veel aanraakt elke dag (deurklinken, tafel, ...).



### Ga niet naar het werk of naar school

- > Telewerk als dat kan.
- > Vraag aan je huisarts een quarantaine-attest voor je werkgever. Je krijgt dat ook als een contactonderzoeker je belt. Met dat attest krijg je een vergoeding.

## Какво е карантина ?

Трябва да сте под карантина, ако сте болни или бихте могли да сте болни. Например, ако сте били в страна с много заразени. Или ако сте влезли в контакт с някой, който е заразен.



### Останете въщи 14 дни

- > Останете въщи. Можете да излизате в собствената си градина или на собствената си тераса.
- > Не допускайте в къщата си други хора освен тези, които живеят там.
- > Избягвайте физическия контакт с вашите съквартиранти колкото е възможно повече.
- > Излизайте навън само когато наистина се налага: да си купите храна, да посетите лекар или да вземете лекарства. Винаги носете предпазна маска. Помолете някой друг да ви пазарува, ако това е възможно.
- > Проветрявайте добре дома си.



### Следете внимателно здравето си

- > Измервайте температурата си два пъти на ден.
- > Обадете се на Вашия личен лекар, ако имате симптоми (проблеми с дишането, кашлица, болки в гърлото, ...) и направете нов тест.



### Практикувайте добра хигиена

- > Никога не използвайте същите вещи като вашите съквартиранти (кърпа, чаршафи, чаши, ...).
- > Използвайте различна тоалетна и баня от съквартирантите си, ако това е възможно.
- > Почиствайте нещата, които докосвате често всеки ден (дръжки на вратите, маса, ...).



### Не ходете на работа или училище

- > Работете от въщи, ако това е възможно.
- > Попитайте Вашия лекар да ви даде карантинен сертификат за вашия работодател. Този атест също получавате, когато ви се обади служител за проследяване на контакти. С този сертификат ще получите обезщетение.

## Wanneer krijg je je testresultaat?

Ben je besmet? Je huisarts belt je zo snel mogelijk. Hoor je niks binnen de 48 uur, dan ben je niet besmet. Je kunt ook altijd zelf je resultaat raadplegen via [www.mijngezondheid.be](http://www.mijngezondheid.be).

**“Ik hou mij aan de regels. Zo worden andere mensen niet ziek. En zo kunnen we sneller terug normaal leven.”**

**Ibrahim H.**

## Кога ще получите резултата от теста си?

Заразени ли сте? Вашият лекар ще ви се обади възможно най-скоро. Ако не чуete нищо в рамките на 48 часа, не сте заразени. Винаги можете сами да видите резултата си на [www.mijngezondheid.be](http://www.mijngezondheid.be).

**„Придържам се към правилата. По този начин другите хора не се разболяват. И така ще можем да живеем нормален живот по-скоро.“**

**Ибрахим Х.**



## Verdere info

Gentse dienstverlening: [www.stad.gent/corona](http://www.stad.gent/corona)

Huidige coronatoestand: [www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)

Vragen over corona: bel de coronalijn 0800 14 689

## Допълнителна информация

Услуги в Гент: [www.stad.gent/corona](http://www.stad.gent/corona)

Текущо състояние на коронавируса:

[www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)

Въпроси относно коронавируса: обадете се на линията за корона 0800 14 689

Dit is een vertaling naar het Bulgaars van de brochure "Stop samen met ons het coronavirus". Ze bevat identiek dezelfde informatie als de Nederlandse tekst. Deze vertaling mag alleen verspreid worden met de originele brontekst "Stop samen met ons het coronavirus".