

# سیاهه مقابله سفر حج



سفر همچنان چانس مصاب شدن و نشر کووید-19 را افزایش می‌دهد. اگر مریض هستید یا تست کووید-19 شما مثبت است سفر نکنید. از این سیاهه مقابله منحیث رهنا برای سفر مصنئون به مکه در عربستان سعودی استفاده کنید.

## قبل از سفر

- قبل از سفر تست بدهید. تست رایگان در مرکز خدمات اسکان مجدد سومالی و میدان هوایی مینیاپولیس/سن پائول در دسترس است.
- یقین حاصل کنید که پیچکاری کووید-19 شما بهروز است و بشمول دوزهای تقویت کننده است و از ارایه دهنده خدمات صحی خودد دربارہ سایر واکسین‌هایی که ممکن است قبل از سفر ضرورت داشته باشید، پرسان شوید. واکسین‌های رایگان کووید-19 در ساحه پیچکاری فروشگاه جامعه آمریکا در دسترس است.
- از رهنمودهای فعلی کووید-19 در عربستان سعودی مطلع شوید. دربارہ کووید-19 از اینجا معلومات کسب کنید (<https://sa.usembassy.gov/u-s-citizen-services/covid-19-information>).

## یقین حاصل کنید که همراه داشته باشید:

- ✓ تست‌های سریع کووید-19. تست‌های سریع رایگان در مرکز خدمات اسکان مجدد جامعه سومالی در دسترس است.
- ✓ ماسک‌ها با کیفیت بلند برای همه اشخاص سفر کننده در گروپ خود.
- ✓ معلومات تماس عاجلی خودتان.
- ✓ کارت پیچکاری کووید-19 یا ریکارد الکترونیکی که اثبات کند واکسین کووید-19 زده‌اید.
- ✓ حفظ‌الصحه دست مناسب سفر.

## در حین سفر

- در حالی که ضرورت نیست، CDC توصیه می‌کند که در میدان هوایی، طیاره و در وسایل ترانسپورت عامه مانند ملی بس و وسایل نقلیه اشتراکی از ماسک استفاده کنید تا در طول سفر مصنئون باشید.
- در صورت توصیه یا الزام در مساجد و فضاهای اجتماعی محصور ماسک بزنید.
- اگر شروع به مریض شدن کردید یا علایم داشتید از تست‌های سریع کووید-19 استفاده کنید.
- اگر تست شما مثبت بود، سفر نکنید، ماسک بزنید و تعداد اشخاصی که ملاقات می‌کنید را محدود کنید.
- قبل از بازگشت از سفر به مینه‌سوتا تست بدهید. ممکن است خط هوایی شما برای سفر بازگشت بین المللی به ایالات متحده، تست PCR کووید-19 را الزامی کند.

## بعد از سفر

- سه تا پنج روز بعد از سفر تست کووید-19 بدهید. اگر علایم داشتید بلافاصله تست بدهید. اگر پیچکاری کووید-19 شما بهروز نیست، بعد از سفر پنج روز در منزل بمانید.
- نوت: ممکن است در حین سفر مصاب به امراض دیگر شده باشید. اگر مریض هستید و بهتر نمی‌شوید، به کلنیک صحی بروید و به آنها اطلاع دهید که اخیراً به عربستان سعودی سفر کرده‌اید. آنها می‌توانند به تعیین اینکه آیا به آزمایش برای سایر امراض که اخیراً در عربستان سعودی شایع بوده‌اند مانند سندرم تنفسی شرق میانه (MERS) ضرورت دارید یا نی، کمک کنند.

