ԿՈՐՈՆԱՎԻՐՈՒՍ ՀԻՎԱՆԴՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՈՒՆՔՆԵՐԸ ԵՎ ՏԱՐԱԾՈՒՄԸ.

Ի՞նչ է նոր տիպի կորոնավիրուսը

Նոր տիպի կորոնավիրուսը վիրուսի նոր տեսակ է, որը նախկինում չի հայտնաբերվել: COVID-19-ի՝ կորոնավիրուս 2019 հիվանդության հարուցիչ վիրուսը այն նույն տեսակի կորոնավիրուսներից չէ, որոնք սովորաբար շրջանառվում են մարդկանց մեջ և առաջացնում են թեթև հիվանդություն, ինչպես սովորական հարբուխի դեպքում:

229E, NL63, OC43 կամ HKU1 տիպի կորոնավիրուսների ախտորոշումը նույնը չէ, ինչ COVID-19-ի ախտորոշումը: COVID-19-ով վարակված անձինք այլ կերպ են թեստավորվում և խնամք ստանում, քան՝ ընդհանուր կորոնավիրուսային ախտորոշմամբ հիվանդները:

Մարդու կորոնավիրուսների բազմաթիվ տեսակներ կան, այդ թվում՝ վերին շնչուղիների թեթև հիվանդություններ առաջացնող կորոնավիրուսները: COVID-19-ը նոր հիվանդություն է, որը առաջացել է նոր տիպի կորոնավիրուսից, որը նախկինում մարդկանց մոտ ի հայտ չի եկել: Այս հիվանդության անվանումն ընտրվել է ԱՀԿ-ի կողմից՝ մարդու նոր վարակիչ հիվանդություններն անվանակոչելու լավագույն փորձի հիման վրա:

Ի՞նչ ախտանշաններ և բարդություններ կարող է առաջացնել COVID-19-ը:

COVID-19-ով վարակված անձանց շրջանում ներկայիս ախտանշանները ներառում են թեթև շնչառական հիվանդությունից մինչև ծանր շնչառական հիվանդություն, ջերմություն/տենդ, հազ և դժվար շնչառություն: Կարդացե՛ք այստեղ COVID-19 ախտանշանների մասին:

Ինչպե՞ս է վիրուսը տարածվում:

Այս վիրուսն առաջին անգամ հայտնաբերվել է Չինաստանի Հուբեյ նահանգի Ուհան քաղաքում: Առաջին վարակները կապված էին կենդանի կենդանիների շուկայի հետ, սակայն վիրուսն այժմ տարածվում է մարդուց մարդ: Կարևոր է նշել, որ մարդուց մարդ փոխանցումը կարող է կրկնվող բնույթ կրել: Կան վիրուսներ, որոնք խիստ վարակիչ են (օրինակ՝ կարմրուկը), մինչդեռ այլ վիրուսներ՝ ոչ այդքան:

COVID-19-ի հարուցիչ վիրուսը որոշ վարակված աշխարհագրական տարածքներում, կարծես, հեշտությամբ և տևական ժամանակ տարածվում է համայնքներում («համայնքային տարածում») : Վիրուսի «համայնքային տարածումը» նշանակում է, որ մարդիկ վարակվել են մի որևէ տարածքում, ներառյալ՝ նրանք, ովքեր վստահ չեն, թե ինչպես կամ որտեղ են վարակվել:

Իմացեք, թե ինչ է հայտնի նոր կորոնավիրուսների տարածման մասին:

Արդյո՞ք ես COVID-19-ով վարակվելու վտանգի տակ եմ:

Այո՛: ԱՄՆ-ում COVID-19 դեպքեր են գրանցվել՝ ճանապարհորդության և սերտ շփումների միջոցով: ԱՄՆ-ի հաստատված դեպքերի քանակը երկուշաբթիից ուրբաթ պարբերաբար թարմացվում է: ԱՄՆ-ում COVID-19-ի ներկայիս դեպքերի քանակը տե՛ս այստեղ:

Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի հանրային առողջության վարչությունը Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի և նրա բոլոր անդամ քաղաքների դեպքերի ընդհանուր թվի վերաբերյալ թարմացումները ներկայացնում է այստեղ:

Արդյո՞ք ես պետք է թեստավորվեմ COVID-19-ի համար:

Եթե ունեք այնպիսի ախտանշաններ, ինչպիսիք են՝ ջերմությունը, հազը և (կամ) դժվար շնչառությունը, և սերտ շփման մեջ եք եղել այն անձի հետ, որը հայտնի է, որ վարակված է COVID-19-ով, կամ վերջերս ճանապարհորդել եք այն տարածքից, որտեղ COVID-19-ն այժմ տարածված է, մնացե՛ք տանը և զանգահարե՛ք Ձեր առողջապահական խնամք տրամադրողին: Ավելի տարեց անձինք և անհատները, ովքեր ունեն քրոնիկ առողջական խնդիրներ կամ՝ թույլ իմունային համակարգ, պետք է ավելի վաղ կապվեն իրենց առողջապահական խնամք տրամադրողի հետ, նույնիսկ, եթե նրանց հիվանդությունը թեթև է: Եթե ունեք լուրջ ախտանշաններ, ինչպիսիք են՝ կրծքավանդակում չդադարող ցավը կամ ճնշումը, նոր շփոթմունքը կամ արթնանալու անկարողությունը, շրթունքների կամ դեմքի կապտելը, անմիջապես կապվե՛ք Ձեր առողջապահական խնամք տրամադրողի կամ անհետաձգելի բուժօգնության բաժանմունքի հետ հետ և անհապաղ դիմե՛ք բուժօգնության: Ձեր բժիշկը կորոշի, թե արդյո՞ք ունեք COVID-19-ի նշաններ և ախտանշաններ, և արդյո՞ք անհրաժեշտ է թեստավորումը:

Հնարավո՞ր է, որ անձի COVID-19-ի թեստի պատասխանը բացասական լինի, իսկ հետագայում՝ դրական:

Օգտագործելով CDC-ի կողմից մշակված ախտորոշիչ թեստը՝ բացասական արդյունքը նշանակում է, որ COVID-19-ի հարուցիչ վիրուսը չի հայտնաբերվել անձից վերցրած նմուշում: Վարակման վաղ փուլերում հնարավոր է, որ վիրուսը չհայտնաբերվի:

Եթե անձն ունի ախտանշաններ, սակայն նրանից վերցրած նմուշում COVID-19-ի թեստի արդյունքը բացասական է, ապա նշանակում է, որ նրա ներկայիս հիվանդության հարուցիչը COVID-19-ի վիրուսը չէ:

Կարո՞ղ է արդյոք COVID-19-ի համար կարանտինում գտնված անձը փոխանցել հիվանդությունն այլ անձանց:

Կարանտինը նշանակում է մեկուսացնել այն անձին կամ անձանց խմբին, ովքեր ենթակա են եղել վարակիչ հիվանդությանը, բայց չեն հիվանդացել կամ չունեն ախտանշաններ՝ այն անձանցից, ովքեր այդ հիվանդության ազդեցության գոտում չեն գտնվել: Կարանտինի նպատակն է կանխել հիվանդության հնարավոր տարածումը: Կարանտինը սովորաբար սահմանվում է վարակիչ հիվանդության ինկուբացիոն ժամանակահատվածի համար, որը այն ժամանակահատվածն է, որի ընթացքում մարդիկ վարակին ենթակա լինելուց հետո հիվանդացել են: COVID-19-ի դեպքում կարանտինի ժամանակահատվածը 14 օր է՝ վարակին ենթակա լինելու վերջին օրվանից հետո: Այն անձը, ով դուրս է գրվել COVID-19 կարանտինից, այլ անձանց վարակելու վտանգ չի ներկայացնում, քանի որ ինկուբացիոն ժամանակահատվածում նրա մոտ հիվանդությունը չի զարգացել:

Կարո՞ղ է արդյոք COVID-19-ով վարակված անձը տարածել այդ հիվանդությունը այլ անձանց:

COVID-19- ի հարուցիչ վիրուսը փոխանցվում է մարդուց մարդ: Անձը, ով ներկայումս հիվանդ է COVID-19- ով, կարող է փոխանցել հիվանդությունը այլ անձանց: Այդ պատճառով՝ CDC-ն առաջարկում է, որ այդ հիվանդները մեկուսանան հիվանդանոցում կամ տանը (կախված նրանից, թե որքան հիվանդ են), մինչև որ նրանց վիճակը բարելավվի, և այլևս վտանգ չներկայացնեն ուրիշներին վարակելու համար:

Հիվանդ լինելու ժամանակը կարող է տարբերվել յուրաքանչյուրի համար, այդ պատճառով՝ ինչ-որ մեկին մեկուսացումից ազատելու որոշումն ընդունվում է՝ տվյալ դեպքից կախված՝ բժիշկների, վարակների կանխարգելման և վերահսկման մասնագետների և հանրային առողջապահության ոլորտի մասնագետների հետ խորհրդակցելով, և այն ենթադրում է յուրաքանչյուր իրավիճակի առանձնահատկությունները հաշվի առնելը, ներառյալ՝ հիվանդության ծանրությունը, հիվանդության նշանները և ախտանշանները և այդ հիվանդի լաբորատոր թեստավորման արդյունքները:

Անձին մեկուսացումից դուրս գրելու համար CDC-ի ներկայիս ուղեցույցը նախատեսում է դեպք առ դեպք քննություն և ներառում է հետևյալ բոլոր պահանջների բավարարումը՝

- Հիվանդը չունի ջերմություն՝ առանց ջերմիջեցնող դեղամիջոցների օգտագործման:
- Հիվանդն այլևս չունի ախտանշաններ, ներառյալ՝ հազ:
- Հիվանդի թեստավորման արդյունքը բացասական է եղել՝ առնվազն երկու իրար հաջորդող, շնչառական ուղիներից վերցրած նմուշների հիման վրա՝ միմյանցից առնվազն 24 ժամ հետո:
- Մեկուսացումից դուրս գրված անձը ուրիշներին վարակելու վտանգ չի ներկայացնում:

Ի՞նչ պետք է անեմ, եթե սերտ շփման մեջ եմ եղել ինչ-որ մեկի հետ, ով վարակված է եղել COVID-19-ով:

Առցանց կարող եք գտնել տեղեկություններ այն մարդկանց համար, ովքեր սերտ շփման մեջ են եղել այն անձի հետ, ում մոտ COVID-19-ը հաստատված է կամ փորձաքննության գործընթացում է: Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի առողջապահության վարչությունը տնային կարանտինի ուղեցույց է հրապարակել այն անձանց համար, ովքեր սերտ շփման մեջ են եղել COVID-19- ով վարակված որևէ մեկի հետ: Դիտելու համար սեղմեք այստեղ: Տան անդամները, զուգընկերները և ոչ առողջապահական հաստատությունում գտնվող խնամակալները կարող են սերտ շփման մեջ գնտվել սիմպտոմատիկ, լաբորատոր քննության արդյունքում COVID-19-ով հաստատված կամ փորձաքննության գործընթացում գտնվող անձի հետ: Սերտ շփման մեջ եղած անձինք պետք է վերահսկեն իրենց առողջությունը. նրանք պետք է անմիջապես զանգահարեն իրենց առողջապահական խնամք տրամադրողներին, եթե ունեն COVID-19-ի ենթադրյալ ախտանշանները (օրինակ՝ ջերմություն/տենդ, հազ, դժվար շնչառություն):

Արդյո՞ք COVID-19-ի հարուցիչ վիրուսը կարող է տարածվել սննդի միջոցով, ներառյալ՝ սառնարանային կամ սառեցված սննդի:

Ընդհանրապես, համարվում է, որ կորոնավիրուսները տարածվում են մարդուց մարդ՝ շնչառական կաթիլների միջոցով: Ներկայումս չկա որևէ ապացույց, որ COVID-19-ը փոխանցվում է սննդի միջոցով: Մնունդ պատրաստելուց կամ ուտելուց առաջ անհրաժեշտ է մշտապես ձեռքերը լվանալ օճառով և ջրով՝ 20 վայրկյան՝ սննդի ընդհանուր անվտանգության նպատակով: Օրվա ընթացքում լվացե՛ք Ձեր ձեռքերը՝ քիթը մաքրելուց, հազալուց կամ փռշտալուց, զուգարան գնալուց հետո:

Հնարավոր է, որ մարդը վարակվի COVID-19-ով՝ դիպչելով որևէ մակերևույթին կամ առարկային, որի վրա կա վիրուս, այնուհետև՝ դիպչելով իր բերանին, քթին կամ, հնարավոր է՝ աչքերին, սակայն սա վիրուսի տարածման հիմնական ձևը չի համարվում:

Ընդհանուր առմամբ, մակերույթների վրա այդ կորոնավիրուսների վատ գոյատևման պատճառով՝ վարակի տարածման ռիսկը սննդամթերքից կամ այն փաթեթներից, որոնք առաքվել են՝ օրերի կամ շաբաթների ընթացքում՝ սենյակային, սառնարանային կամ սառեցված ջերմաստիճաններում, հավանական է, որ շատ ցածր է:
Իմացե՛ք, թե ինչ է հայտնի COVID-19-ի տարածման մասին:

Արդյո՞ք Չինաստանից առաքվող փաթեթը կամ արտադրանքը COVID-19-ի վարակի վտանգ է ներկայացնում ինձ համար:

Դեռևս շատ բան կա, որ անհայտ է նոր տեսակի COVID-19-ի մասին, և թե ինչպես է այն տարածվում:

Ընդհանուր առմամբ, մակերույթների վրա այդ կորոնավիրուսների վատ գոյատևման պատճառով՝ վարակի տարածման ռիսկը սննդամթերքից կամ այն փաթեթներից, որոնք առաքվել են՝ օրերի կամ շաբաթների ընթացքում՝ սենյակային ջերմաստիճաններում, հավանական է, որ շատ ցածր է: Ընդհանուր առմամբ, համարվում է, որ կորոնավիրուսներն ավելի հաճախ տարածվում են շնչառական կաթիլների միջոցով: Ներկայումս չկան ապացույցներ, որոնք կապված են ներմուծված ապրանքներից COVID-19- ի փոխանցման հետ, և ԱՄՆ-ում ներմուծված ապրանքների հետ կապված COVID-19-ի դեպքեր չեն գրանցվել: Նման տեղեկատվության հասանելի լինելու դեպքում՝ այն կտրամադրվի Կորոնավիրուսի հիվանդություն 2019 (COVID-19) կայքում:

Արդյո՞ք տաք եղանակը կդադարեցնի COVID-19-ի տարածումը:

Դեռ հայտնի չէ՝ արդյո՞ք եղանակը և ջերմաստիճանը ազդում են COVID-19-ի տարածման վրա: Որոշ այլ վիրուսներ, ինչպես սովորական հարբուխի և գրիպի վիրուսները, ավելի շատ տարածվում են տարվա ցուրտ ամիսներին, սակայն դա չի նշանակում, որ այս վիրուսներով հնարավոր չէ հիվանդանալ տարվա այլ ամիսներին: Այս պահին հայտնի չէ, թե արդյո՞ք COVID-19-ի տարածումը կնվազի, երբ եղանակը տաքանա:

ԻՆՉՊԵ՞Ս ՊԱՇՏՊԱՆՎԵԼ

Ինչպե՞ս կարող եմ պաշտպանվել վարակից:

Ներկայումս COVID-19-ը կանխելու պատվաստանյութ չկա: Հիվանդությունը կանխելու լավագույն միջոցը այս վիրուսին ենթակա լինելուց խուսափելն է: Այնուամենայնիվ, որպես հիշեցում, Հիվանդությունների վերահսկման կենտրոնը (CDC) միշտ խորհուրդ է տալիս ամեն օր կանխարգելիչ գործողություններ իրականացնել, որոնք կօգնեն կանխել շնչառական հիվանդությունների տարածումը, ներառյալ՝

- Խուսափել հիվանդ մարդկանց հետ սերտ շփումից:
- Խուսափել աչքերին, քթին և բերանին դիպչելուց:
- Մնալ տանը, եթե հիվանդ եք:
- Հազալիս կամ փռշտալիս օգտագործել անձեռոցիկ, ապա այն գցել աղբարկղի մեջ:
- Մաքրել և ախտահանել հաճախակի դիպած առարկաները և մակերույթները՝ օգտագործելով կենցաղային սովորական մաքրող միջոց կամ՝ սրբել կտորով:
- Հետևել CDC-ի խորհուրդներին՝ դիմակ օգտագործելու համար.
    - CDC-ն խորհուրդ չի տալիս, որ մարդիկ, ովքեր իրենց լավ են զգում, կրեն դիմակ՝ շնչառական հիվանդություններից, ներառյալ՝ COVID-19-ից, պաշտպանվելու համար:
    - Դիմակները պետք է օգտագործվեն այն մարդկանց կողմից, ովքեր ունեն COVID-19-ի ախտանշաններ, որպեսզի հիվանդությունը չտարածվի: Դիմակների օգտագործումը կարևոր նշանակություն ունի նաև առողջապահական ոլորտի աշխատողների և այն մարդկանց համար, ովքեր խնամում են որևէ մեկին՝ փակ տարածքներում (տանը կամ որևէ առողջապահական հաստատությունում):
- Ձեռքերը հաճախ լվացեք օճառով և ջրով՝ առնվազն 20 վայրկյան, հատկապես՝ զուգարան գնալուց հետո, ուտելուց առաջ, քիթը մաքրելուց, հազալուց կամ փռշտալուց հետո:

- Եթե օճառը և ջուրը հասանելի չեն, օգտագործեք առնվազն 60% ալկոհոլի հիմքով ձեռքի մաքրող միջոց: Միշտ լվացեք ձեռքերը օճառով և ջրով, եթե դրանք տեսանելիորեն կեղտոտ են:

Ձեռքերը լվանալու վերաբերյալ տեղեկությունների համար կարդացե՛ք CDC- ի՝ ձեռքերը լվանալու ցուցումները:

Առողջապահությանը վերաբերող տեղեկությունների համար կարդացե՛ք CDC-ի ուղեցույցը՝ առողջապահական ոլորտում ձեռքերի հիգիենայի մասին:

Սրանք ամենօրյա սովորություններ են, որոնք կարող են օգնել կանխել մի շարք վիրուսների տարածումը: CDC-ն հատուկ ուղեցույցներ ունի նաև ճանապարհորդողների համար:

Պե՞տք է արդյոք կրեմ դեմքի պաշտպանիչ միջոց (կտորե դիմակ):

2020 թ. ապրիլի 14-ին Գլենդելի քաղաքային խորհուրդը քվեարկեց, որպեսզի տնից դուրս գալիս դեմքը ծածկող պաշտպանիչ միջոց կրելը պարտադիր լինի: Այն ներառում է Ձեր թաղամասում քայլելու կամ վազելու ընթացքում, կարևոր ապրանքներ, օրինակ՝ մթերք և դեղեր գնելիս և շանը զբոսանքի տանելիս դեմքի պաշտպանիչ միջոց կրելը: Հրամանն ամբողջությամբ կարող եք դիտել այստեղ:

Բացի այդ, էական նշանակության ոլորտների գործատուները պետք է իրենց հաշվին աշխատողների համար ապահովեն ոչ բժշկական դիմակներ:

Մեր համայնքի առողջությունն ու անվտանգությունը պաշտպանելու համար բոլոր այն աշխատողները, ովքեր աշխատում կամ ծառայություններ են մատուցում էական նշանակության բիզնես ոլորտներում, իրենց գործն իրականացնելիս պետք է կրեն քիթը և բերանը ծածկող պաշտպանիչ միջոցներ (կտորե դիմակներ): Այս կարգադրությունը վերաբերում է Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի հանրային առողջության «Տանն ավելի ապահով է» հրամանի մեջ նշված էական ոլորտների աշխատողներին:

Հրամանը, որն ուժի մեջ է մտել ապրիլի 10-ին, ժամը 11:59-ին, նաև պահանջում է, որ մթերային խանութներում և շատ այլ էական ոլորտների ձեռնարկություններում հաճախորդները կրեն դեմքի պաշտպանիչ միջոցներ՝ ավելացնելով պաշտպանության լրացուցիչ շերտ՝ COVID-19- ի դեմ պայքարում:

Այս պահին դեմքի պաշտպանիչ միջոցները պարտադիր չէ, որ լինեն բժշկական կամ N95 տեսակի ռեսպիրատորներ, այլ կարող են լինել կտորե հարմարանքներ, ինչպես օրինակ՝ շարֆերը և բանդանաները: Բոլոր այն աշխատողները, որոնք պետք է կրեն դեմքի պաշտպանիչ միջոցներ, պետք է հաճախակի (օրական առնվազն մեկ անգամ) լվանան կրկին օգտագործման ենթակա այս հարմարանքները՝ իրենց և մյուսների առողջության և անվտանգության համար: Մեկանգամյա օգտագործման դեմքի պաշտպանիչ միջոցները պետք է պատշաճ կերպով նետել աղբարկղերի մեջ:

Բոլոր էական ոլորտներում աշխատող կամ ծառայություն մատուցող աշատակիցների գործատուները պետք է թույլ տան, որ իրենց աշխատակիցներն առնվազն յուրաքանչյուր 30 րոպեն մեկ ձեռքերը լվանան: Բոլոր այս գործատուները պետք է իրենց հաշվին աշխատողների համար ապահովեն ոչ բժշկական դիմակներ: Այս գործատուները պետք է ապահովեն, որ իրենց աշխատակիցները կարողանան օգտվել մաքուր, սանիտարական սանհանգույցներից, որոնք գործատուի հաշվին

ապահովված են բոլոր անհրաժեշտ մաքրող կամ ախտահանող միջոցներով, որն անհրաժեշտ է Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի հանրային առողջության վարչության կողմից առաջարկված ձեռքի ախտահանման ընթացակարգերին հետևելու համար: Գործատուները պետք է հաճախորդների, այցելուների և աշխատակիցների համար կիրառեն սոցիալական հեռավորության պահպանման միջոցառումներ՝ յուրաքանչյուր անձի միջև ապահովելով վեց ոտնաչափ հեռավորություն:

Էական նշանակության բիզնեսների և կազմակերպությունների բոլոր հաճախորդները և այցելուները պետք է կրեն քիթը և բերանը ծածկող պաշտպանիչ միջոցներ՝ աշխատողների և հաճախորդների համար լրացուցիչ պաշտպանություն ապահովելու համար: Այս պահին դեմքի պաշտպանիչ միջոցները պարտադիր չէ, որ լինեն բժշկական կամ N95 տեսակի ռեսպիրատորներ, այլ կարող են լինել կտորե հարմարանքներ, ինչպես օրինակ՝ շարֆերը և բանդանաները:

Բիզնեսի սեփականատերը կամ աշխատակիցը կարող է հրաժարվել ընդունել կամ ծառայություն մատուցել ցանկացած անձի, ով չի կրում դեմքը ծածկող պաշտպանիչ միջոց՝ ըստ այս Հրամանով նախատեսված կարգով: Բացի այդ, բոլոր կարևոր մանրածախ խանութներին խրախուսվում է տեղադրել պլեքսիգլաս ապակիներ՝ վաճառքի բոլոր կետերում գանձապահներին և հաճախորդներին առանձնացնելու նպատակով: Սրանք առաջարկություններ են, ոչ թե՝ պահանջներ:

Ի՞նչ կարող եմ անել, եթե COVID-19-ի պատճառով սթրեսի մեջ եմ, տագնապած կամ ճնշված եմ:

Մտավոր առողջական խնդիրներ ունեցող մարդիկ պետք է շարունակեն իրենց բուժումը և ուշադիր լինեն նոր կամ վատթարացող ախտանշանների դեպքում: Լրացուցիչ տեղեկություններ և ռեսուրսներ կարելի է գտնել ԱՄՆ առողջապահության և մարդկային ծառայությունների դեպարտամենտի հոգեմետ նյութերի չարաշահման և մտավոր առողջության պահպանման ծառայությունների կառավարման կայքում:

Ձեր, ընկերների և ընտանիքի մասին հոգ տանելը կարող է օգնել հաղթահարել սթրեսը: Օգնելով մյուսներին հաղթահարել իրենց սթրեսը՝ հնարավոր է ուժեղացնել նաև մեր համայնքը:

Այս ընթացքում ինքներդ Ձեզ աջակցելու համար կարող եք կատարել հետևյալ լրացուցիչ գործողությունները՝

- Դադար առեք նորություններ դիտելուց, կարդալուց կամ լսելուց, ներառյալ՝ սոցիալական լրատվամիջոցներից: Համավարակի մասին անընդմեջ լսելը կարող է նյարդայնացնել:
- Հոգ տարեք Ձեր մարմնի մասին: Խորը շունչ քաշեք, ձգումներ կատարեք կամ մեդիտացիա արեք: Փորձեք առողջ, ճիշտ բալանսավորված սնունդ օգտագործել, պարբերաբար ֆիզիկական վարժություններ կատարել, շատ քնել և խուսափել ալկոհոլից և թմրանյութերից:
- Լավածությունը թուլացրեք: Փորձեք զբաղվել Ձեզ համար հաճելի այլ գործողություններով:
- Ձեզ հարազատ մարդկանց հետ կապի մեջ եղեք: Պատմեք Ձեր մտահոգությունների և ինքնազգացողության մասին այն մարդկանց, ում վստահում եք:

Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի մտավոր առողջության վարչությունը վարչաշրջանի բնակիչների համար 13 տարբեր լեզուներով տեղեկատվություն է մշակել այն մասին, թե ինչպես հաղթահարել սթրեսը այս ընթացքում: Սեղմեք այստեղ՝ Ձեր նախընտրած լեզվով տեղեկությունը գտնելու համար:

Ուրիշ ի՞նչ կարող եմ անել:

- Գտեք առողջապահական խնամք տրամադրող մասնագետ, եթե դեռ չունեք:
- Թարմացրեք Ձեր արտակարգ իրավիճակների հավաքածուները՝ սննդով, ջրով և այլ պարագաներով՝ կարանտինի անհրաժեշտության դեպքում մի քանի օր տևելու համար: Չնայած քիչ հավանական է, սակայն կարևոր է պատրաստված լինել այնպես, ինչպես ցանկացած այլ արտակարգ իրավիճակների համար: Իմացեք ավելին՝ Գլենդել քաղաքի արտակարգ իրավիճակների պատրաստվածության և արձագանքման և այն մասին, թե ինչպես թարմացնել Ձեր արտակարգ իրավիճակների հավաքածուն՝ այստեղ:
- Շարունակեք խրախուսել մեր համայնքի ԲՈԼՈՐ անդամների համար ողջունելի միջավայր:
- Միշտ ստուգեք նոր տեսակի կորոնավիրուսի մասին արդի և ճշգրիտ տեղեկությունները՝ հուսալի աղբյուրներից՝
  - Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի հանրային առողջության վարչություն (LACDPH՝ վարչաշրջանային)
    - http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/
  - Կալիֆորնիայի հանրային առողջության վարչություն (CDPH՝ նահանգային)
    - https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx
  - Հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոն (CDC՝ ազգային)
    - http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html
  - Առողջապահության համաշխարհային կազմակերպություն (ԱՀԿ՝ միջազգային)
    - https://www.who.int/health-topics/coronavirus

Ի՞նչ է անում Գլենդելը՝ COVID-19-ի վերաբերյալ:

2020 թ. մարտի 16-ին Գլենդել քաղաքը տեղական արտակարգ իրավիճակի մասին հայտարարություն տարածեց՝ ի պատասխան COVID-19 համավարակի և ի լրումն քաղաքի տարածքում արդեն իսկ կիրառվող մի շարք միջոցառումների, որոնց նպատակը հասարակության անդամներին վիրուսով վարակվելու ռիսկից պաշտպանելն է: COVID-19- ի տարածման տեմպերը դանդաղեցնելու համար՝ 2020 թ. մարտի 17-ին՝ կեսգիշերից սկսած՝ կարգադրվեց փակել Գլենդել քաղաքի բոլոր բարերը, խնջույքների սրահները և գիշերային ակումբները, որոնք սնունդ չեն մատակարարում, ինչպես նաև՝ մարզասրահները, կինոթատրոնները և այլն: Բացի այդ, Գլենդելի քաղաքապետարանը արտակարգ իրավիճակների նոր կարգադրություններ է հրապարակել՝ վարձակալների վտարման և մեծահասակների ցերեկային խնամքի կենտրոնների փակման վերաբերյալ, ինչպես նաև փոփոխել է քաղաքային ծառայությունները և ուշ վճարների պայմանները: 2020 թ. մարտի 24-ին Գլենդելի քաղաքապետարանը իր բոլոր արտակարգ իրավիճակների կարգադրությունների գործողության ժամկետը երկարացրեց մինչև 2020 թ. մայիսի 15-ը և վարձավճարների բարձրացման սառեցման մասին կարգադրություն հրապարակեց:

Գլենդելի ոստիկանության բաժանմունքը, ինչպես նաև՝ համայնքային ծառայությունների և պուրակների բաժանմունքը ջանասիրաբար աշխատում են՝ մեր առավել խոցելի խավի բնակիչներին COVID-19-ից պաշտպանելու համար, և միացել են՝ ամեն օր փաթեթավորված սնունդ տրամադրելու անօթևանության մեջ ապրող մարդկանց:

Բացի այդ, ապաստան չունեցող մեր բնակիչներին մաքուր մնալու և COVID-19-ի տարածումը կրճատելուն օժանդակելու համար՝ քաղաքի հանրային աշխատանքների վարչությունը մի շարք աշխատանքներ է տանում՝ ողջ քաղաքում հիգիենայի պահպանման հարմարություններն ավելացնելու ուղղությամբ: Քաղաքում կտեղակայվեն ձեռքերի լվացման շարժական կայաններ, ինչպես նաև՝ բաղնիքներ:

Ձեռքերի լվացման կայաններ կան հետևյալ վայրերում՝

- Ասենսիա
- Կաթոլիկ բարեգործական կենտրոն
- Հայ օգնության միություն
- Առաջին բապտիստական մեթոդիստական եկեղեց

Բաղնիքներ և ձեռքերի լվացման կայաններ կան հետևյալ վայրերում՝

- Carr պուրակ
- Pacific պուրակ
- Cerritos պուրակ
- Central պուրակ
- Palmer պուրակ

Տե՛ս գտնվելու վայրերի քարտեզը։

«Գլենդելի ջրի և էլեկտրականության ծառայությունը» («GWP»-ն) 2020 թ. ապրիլ ամսին չի անջատելու հոսանքի կամ ջրի ծառայությունները կամ հաճախորդներից ուշացած վճարման տուգանքներ չի գանձելու՝ կոմունալ վճարները վճարել չկարողանալու պատճառով: Հաճախորդներին խորհուրդ ենք տալիս կապվել «Գլենդելի ջրի և էլեկտրականության ծառայության» բաժնի հետ՝ այլընտրանքային վճարման տարբերակներ կազմակերպելու համար: Որպես հիշեցում՝ «GWP»-ն հաճախորդներին երբեք չի զանգահարի վճարում պահանջելու համար՝ սպառնալով դադարեցնել ծառայությունը: Վճարման տարբերակների մասին լրացուցիչ տեղեկություն կարող եք գտնել այստեղ:

Քաղաքապետարանը, համայնքային ծառայությունների և պուրակների բաժնի և Գլենդելի հրշեջ ծառայության միջոցով, առաջարկում է նաև սննդի և մթերային գնումների ծառայություններ՝ մեծահասակների և խոցելի խավի բնակիչների համար: Մեծահասակների սննդի ծառայության վերաբերյալ լրացուցիչ տեղեկությունների համար կարող եք զանգահարել՝ (818) 548-3775 հեռախոսահամարով: Մթերային գնումների ծառայությունների վերաբերյալ լրացուցիչ տեղեկությունների համար կարող եք զանգահարել (818) 548-4814 հեռախոսահամարով: Երկու հեռախոսահամարներն էլ գործում են երկուշաբթիից ուրբաթ, առավոտյան ժամը 08:00-ից մինչև 17:00-ը:

Քաղաքապետարանի տնտեսական զարգացման բաժինը նույնպես օգնության ձեռք է մեկնում տեղական տնտեսվարողներին՝ այս ընթացքում իր ծառայություններն առաջարկելու համար: Իմացեք ավելին՝ քաղաքապետարանի արտակարգ իրավիճակների պայմաններում բիզնես ռեսուրսների և արտակարգ իրավիճակների պայմաններում մարքեթինգային ռեսուրսների մասին։

Քաղաքի վճարովի կայանատեղիների հսկման բաժինը իրականացրեց կայանման քաղաքականության հետևյալ ժամանակավոր փոփոխությունները՝ բնակիչների և տեղական տնտեսվարողների ֆինանսական բեռը թեթևացնելու համար՝

- Բնակելի թաղամասերում փողոցների մաքրման ժամանակ մեքենաների կայանման սահմանափակումների կասեցում:
- Բոլոր գծանշված կայանատեղիները անվճար կլինեն առաջին 20 րոպեի համար՝ ռեստորաններից սննդի առաքումը և ստացումը հեշտացնելու նպատակով: Թույլատրված 20 րոպեից հետո այդ տարածքներում սահմանափակումները կկիրառվեն, ինչպես միշտ՝ ըստ նախատեսված կարգի։

- Մենք խրախուսում ենք, որ այն ռեստորանները, որոնք առաջարկում են սնունդը Ձեզ հետ տանելու և առաքման տարբերակներ, ներբեռնեն և փակցնեն տնտեսական զարգացման բաժնի կողմից ստեղծված նշանները՝ այս վայրերը տարբերակելու համար:

Կշարունակեն գործել՝

- «Կայանումն արգելված է» այլ տարածքների սահմանափակումները
- Բոլոր գունավոր նշաններով մայթեզրերի ժամանակի սահմանափակումները
- Ավտոճանապարհի արգելապատնեշները
- Արտոնյալ կարգով կայանման տարածքների սահմանափակումները
- 72 ժամյա կայանման խախտումները (նախքան բնակելի տարածքներում քարշակելը, ենթադրելով, որ մեքենան կայանված է այնտեղ, որտեղ գրանցված է, մենք փորձելու ենք կապվել գրանցված սեփականատիրոջ հետ): Լքված տրանսպորտային միջոցները կքարշակվեն:
- Արտակարգ իրավիճակների ծառայությունների մուտքի և հանրային անվտանգության խախտումները՝ ներառյալ, սակայն չսահմանափակվելով թվարկածով՝ նրբանցքներում կայանելը, հրշեջ մեքենաների ճանապարհի արգելափակումը և հրշեջ մեքենաների համար սահմանված շարքում կայանելը:

Կայանման ավտոտնակները կշարունակեն կանոնավոր գործել: Լրացուցիչ միջոցառումներ կդիտարկվեն՝ իրավիճակի զարգացմանը զուգընթաց:

Մինչ Գլենդելի գրադարանների վերաբացվելը, գրադարանային նյութերի վերադարձման ժամկետները երկարացվելու են, և բոլոր տուգանքները/ուշ վճարումները կչեղարկվեն: Գրադարանից վերցված նյութերը կպահպանվեն, մինչև գրադարանների վերաբացումը: Գրադարանի ռեսուրսները հասանելի են առցանց:

Մեր կայքը՝ Glendaleca.gov, թարմացված է Գլենդելում ընթացիկ քաղաքականության և կորոնավիրուսի հետևանքով փակված հաստատությունների վերաբերյալ վերջին տեղեկություններով:

Մենք կշարունակենք ուշադիր հետևել և մեր բնակիչներին և համայնքի գործընկերներին կտեղեկացնենք բոլոր նոր զարգացումների և CDC-ի խորհուրդների մասին՝ ըստ անհրաժեշտության ձեռնարկելով լրացուցիչ համապատասխան գործողություններ:

«ՏԱՆԸ ԱՎԵԼԻ ԱՊԱՀՈՎ ԼԻՆԵԼՈՒ» ՄԱՍԻՆ ԿԱՐԳԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆԸ

Ի՞նչ է «Տանը ավելի ապահով լինելու» մասին կարգադրությունը
2020 թ. մարտի 21-ից ուժի մեջ մտած և մինչև 2020 թ. մայիսի 15-ը գործող հրամանով՝ Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի հանրային առողջության իրավասության ներքո գտնվող վայրերում, ներառյալ՝ Գլենդելում, արգելվում է բոլոր հասարակական և մասնավոր խմբակային միջոցառումները և հավաքները: Բոլորը պետք է մնան իրենց տանը կամ բնակության վայրում, բացառությամբ՝ էական բիզնես ոլորտների աշխատավայրեր գնալու և վերադառնալու, առողջապահության կամ էական ենթակառուցվածքներում ծառայություններ մատուցելու կամ էական նշանակության գործունեություն ծավալելու կամ ընտանեկան կամ անհատական բացօթյա գործունեության համար՝ պահպանելով սոցիալական հեռավորությունը: Խախտումները կդիտարկվեն որպես զանցանք և կպատժվեն՝ տուգանքների և ազատազրկման միջոցով:

Ըստ «Տանը ավելի ապահով լինելու» մասին ուղեցույցի՝ Լոս Անջելեսի վարչաշրջանը, որն իրավասություն ունի Գլենդել քաղաքի նկատմամբ, բնակիչներին հորդորել է զերծ մնալ 10 հոգուց

ավել բաղկացած խմբով փակ տարածքում գտնվելուց: Արտակարգ իրավիճակների ծառայությունների աշխատակիցները, ինչպես նաև՝ առողջապահության, կառավարության, սննդի ծառայությունների և այլ հիմնական արդյունաբերության ոլորտների պատասխանատուները, այնուամենայնիվ, կշարունակեն աշխատել: Կարգադրությունը հրահանգում է ժամանակավորապես փակել այնպիսի ոչ էական նշանակության ձեռնարկությունները, ինչպիսիք են՝ մանրածախ խանութները և առևտրային համալիրները:

Ուրբաթ ուշ երեկոյան՝ մարտի 20-ին, Կալիֆորնիայի նահանգի հանրային առողջության պաշտոնակատարի և Կալիֆորնիայի հանրային առողջության վարչության տնօրենի կողմից հրապարակվեց գործադիր հրաման, որով **Կալիֆորնիա նահանգում ապրող բոլոր անձանց հրահանգվում է մնալ տանը կամ՝ իրենց բնակության վայրում,** բացառությամբ՝ դաշնային կարևոր ենթակառուցվածքների ոլորտների գործունեության շարունակականությունը պահելու անհրաժեշտության դեպքերի:

Նահանգի Գործադիր հրամանը (pdf) կարող եք կարդալ այստեղ: Կարևոր նշանակության ենթակառուցվածքների աշխատողների ցանկը (pdf) կարող եք տեսնել այստեղ:

Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի կարգադրությունը կարող եք կարդալ այստեղ:

Ի՞նչ նպատակով է գործում այս կարգադրությունը:

«Տանը ավելի ապահով լինելու» մասին կարգադրությունը նպատակ ունի նվազեցնել կորոնավիրուսային հիվանդության հետագա տարածումը մեր համայնքում և ապահովել, որ մեր հիվանդանոցները հնարավորություն ունենան խնամել բուժման կարիք ունեցող հիվանդներին:

Արդյո՞ք կարող եմ դուրս գալ:

Այո՛:

Արդյո՞ք կարող եմ մեկնել Լոս Անջելեսի վարչաշրջանից և արդյո՞ք կարող եմ վերադառնալ տուն՝ Լոս Անջելեսի վարչաշրջան, այլ վայրից:

Այո՛:

Արդյո՞ք կարող եմ մեքենա վարել, քայլել, հեծանիվ կամ մոտոցիկլ վարել, կամ օգտվել հասարակական տրանսպորտից կամ մի քանի ուղևորների հետ ճանապարհը կիսելու ծառայությունից:

Այո՛:

Արդյո՞ք դեռ կարող եմ առաքումներ ստանալ առցանց խանութներից:

Այո՛: Փոստային և տան առաքման այլ ծառայությունները կարող են շարունակել գործել, սննդի առաքման ծառայությունները՝ նույնպես:

Հարկավո՞ր է արդյոք սննդի և այնպիսի անհրաժեշտ իրերի, ինչպես օրինակ՝ զուգարանի թղթի կամ դեղորայքի պաշար կուտակել:

Ո՛չ: Կարող եք շարունակել գնել այս ապրանքները, երբ Ձեզ անհրաժեշտ լինեն: Անհրաժեշտ ապրանքներ վաճառող խանությները, ներառյալ՝ մթերային խանութները, դեղատները և տնտեսական

խանութները, բաց կմնան: Խնդրում ենք գնել սովորական քանակությամբ ապրանքներ, որպեսզի բոլորին բավարարի:

Ո՞ր ձեռնարկություններն են համարվում էական նշանակության:

Մթերային խանութները, սերտիֆիկացված ֆերմերների շուկաները, ռեստորանները (միայն առաքում կամ պատվերը հետը վերցնելու ծառայություն), սննդի մշակումը, անասնաբուծությունը, գյուղատնտեսական աշխատանքները, ձկնորսությունը, սոցիալական ծառայությունները, լրատվամիջոցները, կառավարությունը, հանրային անվտանգությունը, գազալցակայանները, մեքենաների սպասարկումը և մատակարարումը, բանկերը, վարկային միությունները, ֆինանսական հաստատությունները, տնտեսական խանութները, տնկարանները, շինանյութի մատակարարումը, կենդանիների առողջության և խնամքի կենտրոնները, փականագործները, էլեկտրիկները, վտանգավոր իրեր ոչնչացնողները, պահակակետերի աշխատողները, տնային վարպետական ծառայությունները, հուղարկավորության սրահների աշխատողները, բեռնափոխադրող ծառայությունները, ջեռուցման, օդափոխման համակարգեր և օդորակիչներ տեղադրողները, ատաղձագործները, լանդշաֆտի մասնագետները, այգեպանները, գույքի կառավարիչները, անձնական անվտանգության ծառայությունները, փոստային և բեռնափոխադրման ծառայությունները, լվացքատները, քիմմաքրման ծառայությունները, լվացքի ծառայություններ մատուցողները, համակարգչային կամ գրասենյակային պարագաների մատակարարումը, հիմնական ապրանքների փոստային կամ բեռնափոխադրման ծառայությունները, ենթակառուցվածքների, հանրային աշխատանքների շինարարությունը, բնակարանների կառուցումը, օդանավակայանները, նավահանգիստները, ջրի, կոյուղու, գազի, էլեկտրականության ծառայությունները, նավթավերամշակման աշխատանքները, ճանապարհների և մայրուղիների սպասարկումը, հասարակական տրանսպորտը, կոշտ թափոնների հավաքումը և հեռացումը, ինտերնետի և հեռահաղորդակցման համակարգերը, երեխաների խնամքի ծառայությունները, տարեցների կամ հաշմանդամություն ունեցող անձանց տնային պայմաններում կամ բնակելի հաստատություններում խնամքի մատակարարումը, իրավաբանական ծառայությունները, աշխատավարձի կամ հաշվապահական հաշվառման ծառայությունները, ռազմական կամ պաշտպանության ոլորտի պայմանագրային աշխատողները, հիվանդանոցները, կլինիկաները, լաբորատորիաները, ատամնաբույժները, դեղատները, դեղագործական և բիոտեխնոլոգիական ընկերությունները, լիցենզավորված առողջապահական այլ հաստատությունները, առողջապահական ապրանքների մատակարարները, տնային առողջապահական ծառայություններ մատուցողները, հոգեկան առողջության ծառայություններ մատուցողները, լիցենզավորված բժշկական մարիխուանայի դեղատները, բժշկական կամ գիտական հետազոտությունները, հյուրանոցները, վարձակալական միավորները և ցանկացած այլ կարևոր նշանակության բիզնեսում օգտագործվող ապրանքներ մատակարարողները:

Ինչպե՞ս են էական նշանակության ձեռնարկությունները վերահսկում սոցիալական հավաքները:
Բոլոր չարգելված հավաքների և բոլոր կարևոր նշանակության գործունեությունների համար անհատները պետք է՝

- Սահմանված տարածության մեջ պահպանեն սոցիալական հեռավորություն՝ պահանջելով ներկաներից միմյանցից վեց (6) ոտնաչափ հեռավորության վրա գտնվել, որքանով որ դա հնարավոր է;

- Ապահովեն օճառով և ջրով ձեռքի լվացման պայմաններ կամ՝ ձեռքի ախտահանման միջոցներ, որոնք պարունակում են առնվազն 60 տոկոս ալկոհոլ;

- Հասարակական մուտքի մոտ՝ տեսանելի վայրում, տեղադրեն նշան՝ հրահանգելով հասարակության անդամներին չհաճախել, եթե նրանց մոտ կան շնչառական հիվանդության ախտանշաններ, ներառյալ՝ ջերմություն կամ հազ; և

- Հետևեն Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի հանրային առողջության վարչության կողմից տրամադրվող վարակիչ հիվանդությունների վերահսկման խորհուրդներին։

- Ապահովեն, որ բոլոր հաճախորդները կրեն դեմքի պաշտպանիչ միջոցներ։

Ո՞ր ձեռնարկությունները չեն համարվում էական նշանակության և պետք է փակվեն։

ԿԱՐԳԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՊԱՀԱՆՋՈՒՄ ԵՆ ԱՆՀԱՊԱՂ ՓԱԿԵԼ ՀԵՏԵՎՅԱԼ ԱՌԵՎՏՐԱՅԻՆ ՁԵՌՆԱՐԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ԵՎ ԲԻԶՆԵՍՆԵՐԸ՝

- Էական նշանակություն չունեցող մանրածախ ձեռնարկությունները

- Բոլոր մանրածախ խանութները, որոնք նշված չեն որպես էական նշանակության ձեռնարկություններ, ներառյալ փակ առևտրի համալիրները, պետք է փակվեն: Փակ առևտրի կենտրոններում տեղակայված էական նշանակության ձեռնարկությունը կարող է բաց լինել միայն այն դեպքում, եթե ունի առանձին մուտք՝ առևտրի կենտրոնի դրսի կողմից;

- Բարերը և գիշերային ակումբները;

- Կինոթատրոնները, բացօթյա կինոթատրոնները, կենդանի ներկայացման վայրերը, համերգասրահները, մրցասպարեզները և մարզադաշտերը;

- Բոուլինգի և խաղային ավտոմատների սրահները;

- Մարզասրահները և ֆիթնես կենտրոնները;

- Գինեգործարանները, գարեջրագործարանները և համտեսի սրահները (այն հատվածը, որտեղ հանրությանն առաջարկվում է խմիչքների օգտագործում);

- Անձնական հարդարման կենտրոնները, ինչպիսիք են՝ եղունգների կամ մազերի հարդարման սրահները;

- Գոլֆի, թենիսի, վոլեյբոլի և բասկետբոլի դաշտերը;

- Ծխախոտի խանութները;

- Հագուստի խանութներ;

- Մեքենաների լվացման կենտրոնները;

- Փակ և բացօթյա խաղահրապարակները՝ երեխաների համար (բացառությամբ այն դեպքի, եթե դրանք գտնվում են երեխաների խնամքի կենտրոններում);

- Հնառճ և օգտագործված իրերի շուկաները

Կարո՞ղ եմ արդյոք ընտանիքիս տանել խաղահրապարակ:

Ո՛չ, խաղահրապարակային հաստատությունները փակ են, սակայն կարող եք զբոսնել այգու շուրջ:

Ինչպե՞ս կարող եմ օգնել իմ համայնքին:

Նախ և առաջ, Դուք օգնում եք Ձեր համայնքին՝ որքան հնարավոր է տանը մնալով: Չնայած, կան բազմաթիվ անվտանգ եղանակներ, որոնցով կարող եք օգնության ձեռք մեկնել: Օրինակ՝ կարող եք գումար նվիրաբերել տեղական շահույթ չհետապնդող ընկերություններին, հեռախոսով հարցումներ անել Ձեր հարազատների առողջության մասին, հիգիենայի պարագաներ հավաքել Ձեր տեղական անօթևանների կացարանի համար կամ՝ արյուն նվիրաբերել:

Գլենդելի քաղաքապետարանն ունի նաև COVID-19 մատակարարման օժանդակման պորտալ՝ www.glendaleca.gov/covid19supply

ՏԵՂԵԿԱՏՎՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՌԵՍՈՒՐՍՆԵՐ COVID-19-Ի ՏՈՒԺԱԾ ԱՆՁԱՆՑ ՀԱՄԱՐ

Արդյո՞ք դաշնային հարկերի ներկայացման վերջնաժամկետը երկարաձգվել է:

Այո՛, դաշնային հարկերի վճարման ժամկետը երկարացվել է մինչև 2020 թ. հուլիսի 15-ը:

Արդյո՞ք Կալիֆորնիայի հարկերի վերադարձման հայտերի ներկայացման վերջնաժամկետը երկարաձգվել է:

Այո՛, Կալիֆորնիայի բոլոր հարկատուները (անհատները և ձեռնարկությունները) կարող են հայտերը լրացնել և վճարել մինչև 2020 թ. հուլիսի 15-ը:

Լրացուցիչ տեղեկությունների համար կարդացե՛ք Կալիֆորնիայի ֆրանչայզ հարկային խորհրդի մասին:

Լրացուցիչ տեղեկությունների համար կարդացե՛ք ԱՄՆ Ներքին եկամուտների ծառայության մասին:

Իսկ ի՞նչ տեղեկություն կա վարչաշրջանի գույքահարկերի մասին: Արդյո՞ք այդ վերջնաժամկետը փոխվել է:

Գույքահարկերի վերջնաժամկետը դեռ չի փոխվել: Լոս Անջելեսի վարչաշրջանը իրավասու չէ երկարաձգել ապրիլի 10-ի վերջնաժամկետը, ինչպես նախատեսված է նահանգի օրենսդրությամբ: Այնուամենայնիվ, ապրիլի 11-ից սկսած՝ այն անձինք, ովքեր COVID-19-ի պատճառով չեն կարողանա ժամանակին վճարել, կարող են տուգանքի չեղարկման առցանց դիմում ներկայացնել: Նոր տեղեկությունները կարող եք ճշտել Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի հարկային տեսուչի գրասենյակից:

Արդյո՞ք ես կվտարվեմ բնակարանից, եթե չկարողանամ վարձավճարը վճարել՝ COVID-19- ի հետ կապված հանգամանքների պատճառով:

Գլենդելի քաղաքային խորհուրդը հրապարակել է Արտակարգ իրավիճակի հրամաններ, որոնցով նախատեսվում է մի շարք միջոցառումներ իրականացնել՝ Գլենդելի հանրությանը պաշտպանելու և COVID-19 վարակի տարածումը կառավարելու համար: Դրանց թվում է COVID-19 համավարակի հանգամանքներով պայմանավորված՝ վարձը չվճարված բնակելի և առևտրային տարածքներից վարձակալների վտարման ժամանակավոր արգելքը և բնակելի տարածքների վարձի բարձրացման ժամանակավոր արգելքը: 2020 թ. մարտի 27-ին նահանգապետ Նյուսոմը հրապարակեց N-37-20 գործադիր հրամանը, որը նաև ազդում է բնակելի տարածքներից վտարումներին: 2020 թ. ապրիլի 6-ին Կալիֆորնիայի դատական խորհուրդը հրապարակեց No. 1 Արտակարգ իրավիճակի հրամանը, որն

ազդում է անօրինական վարձակալի դեմ վտարման բողոքների ներկայացմանը: Խորհուրդ ենք տալիս երկու հրամաններն էլ ամբողջությամբ վերանայել:

Վտարումների ժամանակավոր արգելք (բնակելի և առևտրային տարածքների վարձակալության վերաբերյալ)

- Տանտերերը չեն կարող բնակելի կամ առևտրային տարածքների վարձակալների դեմ անօրինական վտարման բողոք ներկայացնել, եթե վարձակալները COVID-19 համավարակով պայմանավորված հանգամանքներից ելնելով՝ ի վիճակի չեն վարձը մուծել:

- Բնակիչները պետք է փաստաթղթեր ներկայացնեն, որպեսզի ապացուցեն վարձը վճարել ի վիճակի չլինելու պատճառը և դրա առնչությունը COVID-19 համավարակին:

- Խնդրում ենք նկատի ունենալ, որ Կալիֆորնիայի դատական խորհուրդը ընդլայնել է նահանգային այս սահմանափակումը, որպեսզի ոչ մի անօրինական վարձակալի վտարման դիմում չներկայացվի, բացառությամբ, եթե այն անհրաժեշտ է հանրային առողջության և անվտանգության պաշտպանության համար:

- Առևտրային տարածքների վարձակալների դեպքում՝ վարձավճարը վճարել չկարողանալու վերաբերյալ գրավոր ծանուցում պետք է տրամադրվի տանտիրոջը՝ վարձավճարի վճարման օրվանից 14 օր առաջ, բացառությամբ ապրիլ ամսվա վարձավճարի համար, որի դեպքում այդ ծանուցումը պետք է ներկայացվի, որքան հնարավոր է շուտ: Այս հրամանները ուժի մեջ են մինչև 2020թ. մայիսի 15-ը, սակայն անհրաժեշտության դեպքում կարող են երկարացվել:

- Բնակելի տարածքների վարձակալների դեպքում՝ վարձակալի անվճարունակ լինելու վերաբերյալ գրավոր ծանուցում պետք է ներկայացվի տանտիրոջը մինչև վարձի վճարման օրը կամ դրանից հետո ողջամիտ ժամանակահատվածում, որը չպետք է գերազանցի 7 օրը: Վարձի հետաձգմանն օժանդակող փաստաթղթերը պետք է տանտիրոջը տրամադրել ոչ ուշ, քան ժամկետանց վարձավճարը վճարելու օրը: Այս հրամաններն ուժի մեջ են մինչև 2020թ. մայիսի 31-ը, սակայն անհրաժեշտության դեպքում կարող են երկարացվել:

- Արտակարգ իրավիճակի հրամանի գործողության ժամկետի ավարտից հետո վարձակալներն կտրվի 12 ամիս ժամանակ՝ վճարելու COVID-19-ի հանգամանքների պատճառով հետաձգված վարձերը:

- Այս արգելքը չի վերաբերում հրամանի ուժի մեջ մտնելու օրվանից առաջ սահմանված վտարումներին:

- Տանտերերը չեն կարող գանձել կամ պահանջել ուշացած վճարման տույժեր, տուգանքներ կամ չվճարված վարձավճարների տոկոսներ կամ փորձել որևէ հետապնդող գործողություն կատարել հետաձգված վարձավճարները ստանալու համար, եթե վարձակալության վճարումը հետաձգվել է այս արտակարգ իրավիճակների ժամանակահատվածում:

Վարձավճարների բարձրացման արգելք / վարձավճարի սառեցում (միայն բնակելի տարածքների վարձակալության համար)

- Վարձավճարները սառեցվում են՝ սկսած 2020 թ. մարտի 24-ից՝ անկախ այն հանգամանքից, թե նախկինում վարձավճարի բարձրացման ծանուցումը երբ է ներկայացվել:

- Տանտերերը չեն կարող վարձավճարների նոր բարձրացումներ իրականացնել, մինչև Արտակարգ իրավիճակի հրամանի գործողության ժամկետի լրանալը, նույնիսկ եթե բարձրացումն ուժի մեջ է մտնում հրամանի ժամկետի ավարտից հետո:

- 2020 թվականի մարտի 25-ից մինչև Արտակարգ իրավիճակի հրամանի գործողության ժամկետի ավարտը ներկայացված յուրաքանչյուր վարձի բարձրացում պետք է նորից ներկայացվի՝ հրամանի ժամկետի ավարտից հետո:

- Վարձավճարի սառեցումը վերաբերում է Գլենդել քաղաքում գտնվող բոլոր բնակելի վարձակալական միավորներին՝ բացառությամբ 1995 թ. փետրվարի 1-ից հետո կառուցված բնակարաններից, անհատական համատիրության (կոնդոմինում) շենքերից և առանձնատներից: Այն վերաբերում է նաև առանձնատանը կից բնակելի միավորներին և հյուրանոցային սենյակներին, որոնք վարձակալվել են երկարատև մնալու նպատակով:

Վարձավճարի սառեցման արգելքը գործում է մինչև 2020 թվականի մայիսի 15-ը, սակայն անհրաժեշտության դեպքում այն կարող է երկարացվել:

Վարձի սառեցման և վտարման ժամանակավոր արգելքի վերաբերյալ տեղեկությունների համար խնդրում ենք զանգահարել (818) 548-3926 հեռախոսահամարով կամ էլեկտրոնային նամակ գրել՝ Rent@glendaleca.gov հասցեին:

Ի՞նչ կարող եմ անել, եթե դժվարանում եմ վճարել իմ կոմունալ վճարները:

«Գլենդելի ջրի և էլեկտրականության ծառայությունը» («GWP»-ն) 2020 թ. ապրիլ ամսին չի անջատելու հոսանքի կամ ջրի ծառայությունները կամ հաճախորդներից ուշացած վճարման տուգանքներ չի գանձելու՝ կոմունալ վճարները վճարել չկարողանալու պատճառով: Հաճախորդներին խորհուրդ ենք տալիս կապվել «Գլենդելի ջրի և էլեկտրականության ծառայության» բաժնի հետ՝ այլընտրանքային վճարման տարբերակներ կազմակերպելու համար: Որպես հիշեցում՝ «GWP»-ն հաճախորդներին երբեք չի զանգահարի վճարում պահանջելու համար՝ սպառնալով դադարեցնել ծառայությունը: Վճարման տարբերակների մասին լրացուցիչ տեղեկություն կարող եք գտնել այստեղ:

«Southern California Gas Company» / «Հարավային Կալիֆորնիայի գազի ընկերությունը» նշել է, որ ժամանակավորապես դադարեցրել է սպասարկման անջատումները այն բնակիչների համար, ովքեր դժվարանում են վճարել իրենց հաշիվները, նույնիսկ եթե ստացել են 48 ժամվա ընթացքում ավտոմատ անջատման մասին ծանուցում: Ընկերությունը նաև առաջարկում է հաշիվների վճարման աջակցություն: Նրանք նաև չեղարկում են փոքր ձեռնարկությունների հաճախորդների ուշ վճարման տուգանքները:

«Southern California Gas Company» ընկերության՝ COVID-19- ի հետ կապված դժվար կացության պայմաններին աջակցելու ջանքերի մասին կարող եք կարդալ այստեղ:

Ի՞նչ կարող եմ անել, եթե մեծահասակ անձ եմ կամ ունեմ քրոնիկ առողջական խնդիր, որն ինձ խանգարում է տնից դուրս գալ:

Գլենդելի հրշեջ ծառայության բաժինը տրամադրում է մթերային և հիմնական ապրանքների առաքման ծառայություններ՝ Գլենդելի մեծահասակների և այն բնակիչների համար, որոնք COVID-19-ից ծանր հիվանդանալու ավելի բարձր ռիսկային խմբում են գտնվում: Ծառայության կարիքն ունեցողները կարող են դիմել՝ զանգահարելով (818) 548-4814 հեռախոսահամարով՝ երկուշաբթիից ուրբաթ, առավոտյան ժամը 8:00-ից մինչ երեկոյան 5:00-ը:

Գլենդելի քաղաքապետարանի տնտեսական զարգացման բաժինը մշակել է տեղական մթերային խանութների ցանկ, որոնք հատուկ ծառայություններ են մատուցում մեծահասակների (65+) և խոցելի խմբերի համար.

- Trader Joe's, Montrose և Glenoaks մասնաճյուղերը
  - Արագացված մուտք
  - Վճարման հերթում առաջնահերթություն
  - Գնումների օգնություն. ապրանքները մի կողմ կդրվեն
- Ralphs, Central, Glendale և Colorado մասնաճյուղերը
  - Վճարման հերթում առաջնահերթություն
  - Գնումների օգնություն
  - 10 րոպեից պակաս վճարման սպասելաժամանակ
- Whole Foods Market, 331 N. Glendale Ave.
  - Մեծահասակների համար մեկ ժամ շուտ կբացվի՝ առավոտյան 7:00-ից 8:00-ը։
- Jons, Colorado և Glenoaks մասնաճյուղերը
  - Գնումների հատուկ ժամեր միայն մեծահասակների համար՝ երեքշաբթի և հինգշաբթի օրերին, ժամը՝ առավոտյան 8:00-ից 9:00-ը։
- Target, Glendale Galleria
  - Գնումների հատուկ ժամեր միայն մեծահասակների համար՝ ամեն չորեքշաբթի, ժամը՝ առավոտյան 8:00-ից 9:00-ը։
- Smart & Final, Glenoaks և Verdugo մասնաճյուղերը
  - Գնումների հատուկ ժամ մեծահասակների համար՝ առավոտյան 7:00-ից 8:00-ը
  - Գնումները ավտոմեքենային մոտեցնելու օգնություն
  - Այս ժամերը վերաբերում են նաև հաշմանդամություն ունեցող անձանց, ինչպես նաև՝ հղի կանանց։
- Super King Markets, 6501 San Fernando Rd.
  - Արագացված մուտք
  - Գնումների օգնություն
  - Վճարման հերթում առաջնահերթություն
- Dollar King, 1222 E. Colorado Blvd.
  - Գնումների հատուկ ժամ միայն մեծահասակների համար՝ առավոտյան 7:00-ից 8:00-ը

Մթերային խանութներից շատերը հարմարեցրել են իրենց ժամերը: Խնդրում ենք գնալուց առաջ ստուգել ժամերը:

Բացի այդ, չնայած, որ մեծահասակների կենտրոնի հաստատությունները փակ են, Գլենդելի քաղաքապետարանի համայնքային ծառայության և պուրակների բաժինը մշակել է արտակարգ իրավիճակների պլան՝ շարունակելով մեր համայնքում սննդով ապահովել այն մեծահասակներին, ովքեր «Մեծահասակների սննդի» ծրագրի անդամ են:

2020 թ. մարտի 20-ի դրությամբ՝ «Մեծահասակների սննդի» ծրագրում **ներկայումս ընդգրկված** մեծահասակների համար սննդի բաշխման ծրագիրը հետևյալն է.

- 7 օրվա սառեցված սնունդ այն մեծահասակների համար, ովքեր հնարավորություն ունեն սնունդը տաքացնելու և պահելու սառնարանում կամ սառցախցիկում։
- Քաղաքապետարանի անձնակազմի կողմից առաքում կամ մեծահասակի կամ նրա ընկերոջ/ ընտանիքի անդամի/ նրա կողմից հանձնարարված անձի կողմից իր հետ տանելու տարբերակ՝ նշանակված օրերին՝ ժամը 15:00-ից 16:00-ը։

- «Դարչնագույն տոպրակի/ Brown Bag» սնունդ կբաժանվի նրանց, ովքեր հնարավորություն չունեն տաքացնել սառեցված կերակուրները, և նոր հաճախորդներին*՝ երկու կենտրոններում՝

- Մեծահասակների հանգստի կենտրոն – 201 East Colorado, Glendale, CA 91205 – շաբաթը յոթ օր
    - «Դարչնագույն տոպրակի/ Brown Bag» ճաշի վերցնելու ժամը 11:30-12:30-ն է՝ հիմնական նախասրահի մուտքից՝ Գլենդելի Կենտրոնական գրադարանի մոտ։
- Սպար Հայթս համայնքային կենտրոն – 1613 Glencoe Way, Glendale, CA 91208 – ՄԻԱՅՆ երկուշաբթիից ուրբաթ օրերին
    - «Դարչնագույն տոպրակի/ Brown Bag» ճաշի վերցնելու ժամը 11:30-12:30-ն է՝ Փալոմա պող./Paloma Ave. մուտքից

* Նոր հաճախորդները պետք է լրացնեն «Միասնական ընդունելության ձևը», նախքան սնունդ ստանալը.

- Նոր հաճախորդները պետք է լինեն 60 և ավելի բարձր տարիքի անձինք;
- Սննդի առկայությունը կախված է մատակարարումից

Քաղաքապետարանի մեծահասակների սննդի ծրագրի վերաբերյալ տեղեկություններ ստանալու համար կարող եք զանգահարել (818) 548-3775 հեռախոսահամարով՝ երկուշաբթիից ուրբաթ, առավոտյան ժամը 8:00-ից մինչև երեկոյան 5:00-ը:

Որքա՞ն ժամանակ փակ կմնան դպրոցները:

Կալիֆորնիայի կրթության վարչությունը և Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի կրթության գրասենյակը հայտարարեցին, որ Լոս Անջելեսի վարչաշրջանում դպրոցների ընթացիկ փակումը կերկարաձգվի մինչև 2020 թ. մայիսի 5-ը՝ երեքշաբթի օրը: Գլենդելի միացյալ դպրոցական շրջանը (GUSD) նոր տեղեկություններ է տրամադրում GUSD կորոնավիրուսի մասին տեղեկատվական էջում: Մասնավոր դպրոցների տեղեկությունների և թարմացումների համար պետք է ուղղակիորեն դիմել այդ դպրոցներին:

Կալիֆոնիան հրապարակել է K-12-րդ դասարանների կրթության ղեկավարներին օգնելու ուղեցույցը՝ բավարարելու դպրոցների փակման հետևանքով տուժած բոլոր աշակերտների կարիքները՝ շեշտը դնելով ցածր եկամուտ և հաշմանդամություն ունեցող երեխաներին օգնելու վրա: Ուղեցույցը ներառում է՝

- Հեռավար ուսուցում և անկախ ուսում
- Դպրոցական ճաշի առաքում
- Հարմարություններ՝ հաշմանդամություն ունեցող աշակերտների համար
- Երեխայի խնամք և հսկողություն

Կալիֆորնիայի հանրային առողջության վարչությունը ուղեցույցներ է հրապարակել քոլեջների և համալսարանների համար:

Քոլեջների և համալսարանների համար տե՛ս՝

- Կալիֆորնիայի համալսարան
- Կալիֆորնիայի նահանգային համալսարան
- Կալիֆորնիայի համայնքային քոլեջներ

Ի՞նչ կարող եմ անել, եթե ես ապավինում էի դպրոցական ճաշի ծրագրին և այժմ դժվարանում եմ ընտանիքիս կերակրել:

2020 թ. մարտի 24-ից սկսած՝ բոլոր 18 տարեկան և ցածր տարիքի երեխաները կարող են օգտվել ինչպես նախաճաշից, այնպես էլ՝ ճաշից: Ծնողները կարող են դրանք վերցնել նշանակված վայրերից: Լրացուցիչ մանրամասները կարող եք գտնել այստեղ:

Ի՞նչ կարող եմ անել, եթե չկարողանամ աշխատել, քանի որ հիվանդ եմ կամ կարանտինի մեջ եմ գտնվում՝ COVID-19-ի պատճառով:

Կարող եք օգտագործել հիվանդության դեպքում վճարովի արձակուրդը, եթե այն հասանելի է Ձեր աշխատանքում: Եթե ի վիճակի չեք աշխատել՝ COVID-19-ով վարակված լինելու կամ վարակին ենթակա լինելու պատճառով, կարող եք ներկայացնել հաշմանդամության ապահովագրության հայց: Կարող եք նաև ներկայացնել աշխատողի փոխհատուցման հայց, եթե աշխատանքի ընթացքում վարակվել եք կորոնավիրուսով:
Բոլոր նրանց համար, ովքեր վճարովի արձակուրդի հնարավորություն չունեն, նահանգային (Կալիֆորնիայի ընտանեկան իրավունքների մասին օրենքը) և դաշնային օրենքները (Ընտանեկան և բժշկական նպատակներով արձակուրդների մասին օրենք) կարող են մինչև 12 շաբաթ չվճարվող, աշխատատեղի պահպանմամբ արձակուրդի իրավունք տրամադրել:

Արդյո՞ք հարկավոր է գրառում կամ բժշկի տեղեկանք ներկայացնեմ՝ գործազրկության նպաստին դիմելու համար:

Ոչ, բժշկի տեղեկանք հարկավոր չէ: Այստեղ կարող եք լրացուցիչ տեղեկություններ կարդալ այն մասին, թե ով է իրավասու գործազրկության ապահովագրության համար:

Ի՞նչ կարող եմ անել, եթե չեմ կարող աշխատել, քանի որ խնամում եմ հիվանդ կամ կարանտինի մեջ գտնվող անձին:

Կարող եք օգտագործել հիվանդության դեպքում վճարովի արձակուրդը, եթե այն հասանելի է Ձեր աշխատանքում: Կարող եք ներկայացնել ընտանեկան հարցերով վճարովի արձակուրդի հայց:

Ի՞նչ կարող եմ անել, եթե COVID-19- ի պատճառով իմ աշխատանքային ժամերը կրճատվել են:

Կարող եք ներկայացնել գործազրկության ապահովագրության հայց:

Ի՞նչ կարող եմ անել, եթե աշխատանքից զրկվեմ՝ դպրոցների փակման պատճառով:

- Կարող եք ներկայացնել գործազրկության ապահովագրության հայց:
- Այլ տարբերակներ կարող են հասանելի լինել: Տե՛ս COVID-19-ից տուժած աշխատողների նպաստները:

Ի՞նչ կարող եմ անել, եթե ես գործատու/փոքր բիզնեսի սեփականատեր եմ և ուղեցույցերի կարիք ունեմ:

Ապահով աշխատավայր պահպանելու համար՝

- Հորդորեք հիվանդ աշխատակիցներին տանը մնալ:
- Հաստատեք կանոնավոր մաքրության կարգ՝ ամբողջ աշխատավայրում:

- Նվազեցրեք ճանապարհորդությունը: Հնարավորության դեպքում՝ նախապատվություն տվեք վիդեոկոնֆերանսներին և սահմանափակեք խմբակային հավաքները:
- Կարդացեք Կալիֆորնիայի/OSHA միջանկյալ ուղեցույցն՝ ընդհանուր արդյունաբերության համար:
- Հետևեք աշխատատեղերի անվտանգ պահպանման վերաբերյալ CDC ուղեցույցին (pdf):

Գործատուները կարող են խուսափել աշխատակիցներին կրճատելուց, եթե COVID-19-ն ազդել է իրենց բիզնեսի վրա՝ դիմելով Գործազրկության ապահովագրության աշխատանքի բաժանման ծրագրին:

Փոքր բիզնեսներին ֆինանսապես օգնելու նպատակով՝ ԱՄՆ-ի փոքր ձեռնարկությունների հարցերով վարչակազմն առաջարկում է ցածր տոկոսադրույքով դաշնային վարկեր՝ աղետների մեղմման նպատակով՝ այն փոքր ձեռնարկություններին, որոնք դժվարությամբ են գոյատևում COVID-19-ի ֆինանսական հետևանքները:

Ի՞նչ է անում Գլենդելի քաղաքապետարանը՝ համայնքում ձեռնարկություններին օգնելու համար:

Գլենդելի քաղաքապետարանը հանձնառու է մեր համայնքի ինչպես ֆիզիկական, այնպես էլ ֆինանսական առողջության համար: Քաղաքապետարանի համայնքային զարգացման վարչությունը ուսումնասիրում է այն եղանակները, որոնք ժամանակավորապես կթեթևացնեն COVID-19-ի ազդեցությունը գործարար համայնքի վրա: Ներկայումս ուսումնասիրվող ռազմավարությունները ներառում են ժամանակավոր վայրերի գործարկումը՝ մայթեզրերից պատվերների առաքման նպատակով, և տեղական բիզնեսի զարգացմանը նպաստող մարքեթինգային լուծումների մշակումը:

Գոյություն ունեն նաև նահանգային և դաշնային մի շարք ռեսուրսներ, որոնք հասանելի են ֆինանսական դժվար կացության մեջ հայտնված փոքր ձեռնարկությունների համար: ԱՄՆ-ի փոքր ձեռնարկությունների հարցերով վարչակազմը հայտարարել է Լոս Անջելեսի վարչաշրջանում (ի թիվս այլ վայրերի, որոնք խիստ տուժել են կորոնավիրուսի պատճառով) գտնվող ձեռնարկություններին աղետի մեղմման նպատակով վարկային աջակցության մասին: Լրացուցիչ տեղեկությունների համար կարդացե՛ք այստեղ:

Տնտեսական զարգացման բաժինը պատրաստակամ է խոսել Ձեզ հետ՝ Ձեր կարիքներն ավելի լավ հասկանալու համար: Եթե ցանկանում եք ուղղակիորեն խոսել Գլենդելի քաղաքապետարանի հետ՝ Ձեր մտահոգությունների, առաջարկությունների կամ խորհուրդների համար և այն մասին, թե քաղաքապետարանն ինչպես կարող է օժանդակել՝ այս աննախադեպ ժամանակներում, ապա եղեք տեղեկացված և կապ հաստատեք մեզ հետ՝ ստորև նշված տվյալներով:

- Ինչպե՞ս կապ հաստատել Գլենդելի քաղաքապետարանի հետ՝
  - Հեռախոս՝ (818) 548-2005 կամ COVID-19 թեժ գիծ՝ (818) 548-3301:
  - Էլ. փոստի հասցե՝ ChooseGlendale@glendaleca.gov
- Պատմեք մեզ, թե ինչ իրավիճակում եք գտնվում Դուք և Ձեր աշխատողները:
- Մարքեթինգային աջակցություն՝
  - Մեր թիմը աջակցում է տեղական բիզնեսին՝ առաջարկելով անվճար մարքեթինգային աջակցություն մեր սոցիալական մեդիա հարթակներում՝ @chooseglendale: Տեղեկացրեք մեզ, եթե ժամանակավորապես փոփոխել եք Ձեր գործունեության վարման ձևը կամ աշխատանքային ժամերը, և մենք կարող ենք օգնել տարածել այդ տեղեկությունը՝ մեր սոցիալական լրատվամիջոցներում:

Կա՞ն արդյոք մարդիկ, ովքեր տանը տրամադրում են COVID-19 թեստավորման ծառայություններ:

Ո՛չ: Տեղեկացնում ենք, որ ոչ մի առողջապահության ոլորտի աշխատակից, իրավապահ մարմինների անձնակազմ կամ որևէ պետական գործակալություն չեն այցելում տներ՝ COVID-19-ի համար թեստավորելու նպատակով: Եթե կհանդիպեք նման ծառայություններ առաջարկող որևէ մեկին, մերժե՛ք և այդ մասին զեկուցե՛ք տեղական իրավապահ մարմիններին: Խաբեբաները հնարավորությունների դեպքում օգտվող հանցագործներ են, հետևաբար՝ մենք պետք է զգոն լինենք՝ անկոչ ծառայությունները դիտարկելիս: Մենք բարձր ենք գնահատում Ձեր աջակցությունը՝ մեր համայնքի անվտանգությունը պահպանելու գործում: