

በእናንተ ወይም በሌሎች ላይ ለሚፈጠር የ ኮሮና ቫይረስ/ coronavirus



the power of humanity

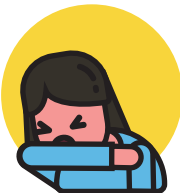
ችግርን ለመቀነስ የሚወሰድ ቀላል እርምጃ



ብዙጊዜ እጅዎን መታጠብ፤
ቢያንስ ለ20 ሰከንዲ የሚሆን በአሙና እና በውሃ አድርጎ መታጠብ ወይም አልኮሆል ያለበት የእጅ መጥረጊያ መጠቀም።



ለቤተሰብዎ እቅድ ማውጣት
ምናልባት ለ2 ሳምንታት የሚሆን ከሰው ተገልሎ ቤት ውስጥ መቆየት ያስፈልግዎት ይሆናል።



ሲያስልዎት ወይም ሲያስነትስዎ
በእጆችዎ ጫፍ ወይም በቲሹ ወረቀት ውስጥ ማድረግ። ታዲያ የተጠቀሙበትን ቲሹ ወረቀት ወደ ቆሻሻ ማጠራቀሚያ በርሚል ውስጥ ማስገባት እና ወዲያውኑ እጅዎን መታጠብ።



ጤንነትዎ ድህና ከሆነ፤
የፊት መከላከያ ሽፋን ማጥለቅ አያስፈልግዎትም።



ግንኙነት አለመፍጠር፤
ትኩሳት ወይም ሳል ካለበት ከሆነ ሰው ጋር ግንኙነት አለመፍጠር።



ርጋ ብሎ መቆየት እንጂ በፍርሃት አለመጨናነቅ።
የኮሮና ቫይረስ ያለባቸው ሰዎች ብዙዎቹ መካከለኛ የሆነ ህመም ብቻ ይኖራቸዋል።



ህመም ከተሰማዎት ቤት ውስጥ መቆየት። ትኩሳት፤ ሳል ወይም የመተንፈስ ችግር ካሉብዎት ምክር ለማግኘት ወደ ከባቢዎ ሀኪም መሄድ ወይም በስልክ 1800 020 080 አድርጎ መደወል።



በእድሜ አንጋፋ ለሆኑ ሰዎች
እንዲሁም ህመም ያለባቸው ሰዎች ከባድ ችግር ያጋጥማቸዋል።

ጥያቄዎች? ወደ ኮሮና ቫይረስ ጤና መረጃ ማቅረቢያ መስመር በስልክ 1800 020 080 መደወል። በርስዎ ቋንቋ አስተርጓሚ እንድናቀናጅ መጠየቅ ይችላሉ።