Umbrella Multicultural Health Co-op

ዝተመሓየሸ ጸንጻብ ካብ ህዝባዊ ጥዕና

የካቲት 5, 2021

እገዳታት ምንዋሕ ኮቪድ-19

ኣብ ቢሲ መጠነ ረኽሲ ኮቪድ-19 ኣብ ዝሓለፈ ሰምንታት ብውሑድ ዓቐን ጎዲሉ፣ እንተኾነ ግና ከምቲ ተስፋ ዝገበርናሉ ቀልጢፉ ክጎድል ኣይከኣለን። ብሰንኪ ሕማም ለበዳ ኮሮና ቫይረስ ሕጂ ውን እንተኾነ ናብ ዘይተፈልጠ ዕለት ተናዊሑ ኣሎ።

እዚ ምንዋሕ ንኹሉ ህልው ናይ ህዝባዊ ጥዕና መምርሒ ዝሓቐፈ ኮይኑ ፡ እዞም ዝስዕቡ የጠቓልል ብሓባር ኣብ ናይ ውልቂ ገዛ ምእካብ ከሙኡ'ውን ኩሉ ማሕበራዊ በዓላት ኣብ ህዝባውን ውልቃውን በታታት ዝግበር ይኽልክል።

ዝርዝር ሓበሬታን መዘኻኸርን፥

- <u>ሓባራዊ ምንቅስቓስን ምእካብን</u>
  - ብጀካ ምሳና ዝቕመጡ እንተዘይኮይኑ፡ ካብ'ዚ ወጻኢ **ዝኾነ ብዝሒ/ዓቐን ምእካብ ኣይፍቀድን**
    - ኣብ ውሽጥን ኣብ ወጻእን ምስ ምሳና ዘይቅመጡ ሰባት ኣይንተኣከብ
    - ኣብ ደገ በኣእጋርና ክንቀሳቐስ ንኽእል ኢና፡ ናብ ጉጅለ ግና **ኣይንቐይሮ**
    - በይኖም ዝቕመጡ ምስ ክልተ ቀጻሊ ዝረኽብዎም ሰባት ጥራሕ ክራኸቡ ይፍቀደሎም
  - ቀብሪ ወይ መርዓ እንተበዝሑ 10፡ ምስ ቀረባ ደቂ-ገዛና ወይ ስድራና ጥራሕ ምእካብ ይፍቀድ፡
  - ናይ ኣምልኾ በታታት ብኣካል ተራኺብካ ምምላኽ ክሳዕ መወዳእታ ዕለት ናይ'ዚ ትእዛዝ ፍቑድ ኣይኮነን
  - መገሻ ካብ ዞባዊ ኣውራጃ ናይ ኣገዳሲ መገሻ ጥራሕ ተሓጺሩ

- <u>ዝቕጽል ጥንቃቐታት</u>
  - መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ኣብ ውሽጥን ግዴታ ይለበስ እዚ ድማ፥ ኣብ ህዝባዊ በታታትን ከም ኣብ በብሓደ ኣቑሑት ዝሸጡ በታታን ሃለኽቲ ነገራት ዝሸጡ ድካናትን የጠቓልል።

- ግቡእ ጽሬት ንዓቅበ
- ሓባራውን ኣካላውን ምርሕሓቕ፣ ኣብ ህዝባዊ ቦታታት ከክልተ ሜትሮ ተራሓሒቕና ደው ንበል
- ብተደጋገሚ ዝተሓዙ ቦታታትን ንብረትን ነምክኖም
- እንተሓሚምና ኣብ ገዛና ንጽናሕ
- ከም ረስኒ፡ ደረቕ ሰዓል፡ ሕጽረት ትንፋስ ካልእን,,,,,,,,ምልክታት ምስ ዝህልወና መርመራ ንግበር

ክሳብ ሕጂ በጺሕናዮ ዘለና ገስጋስ ክንጥንቀቐሉ ይግብኣና። ቀጻልነት ምስ'ዚ ተናዊሑ ዘሎ እገዳታት፡ ለበዳ ኮቪድ-19 ኣዝዩ ክጎድልን ክታበት ናብ ህዝቢ ክንዝርግሕን ግዜ ይህበና። ምዕቃብ ትሑት ቁጽሪ ናይ ዝተለኽፉ ሕሙማት ዓቕሚ ክንክን ሕክምናና እኹል ክፍሊ ናይ ሕሙማን ክህልዎን ከሙ'ውን ምምካት/ምላሽ ንምእላይ ዝተፈላለዩ ቫይረሳትን ይሕግዘና