

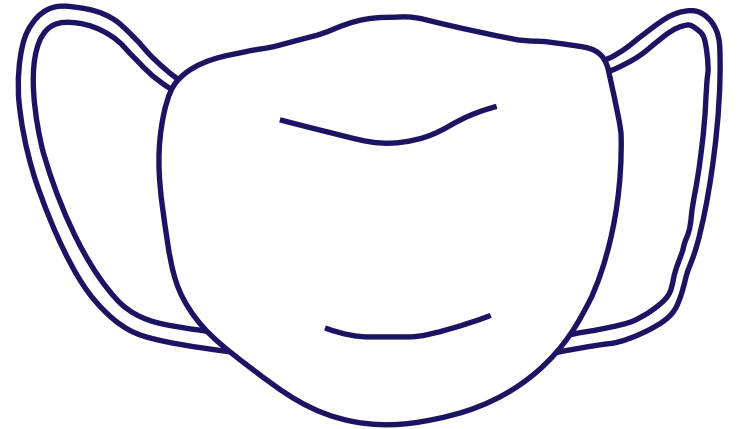


የአፍና አፍንጫ መሸፈኛ ጭምብል ማጥለቅ አለብኝን?

ቫይረስ በተሰራጨበት ማህበረሰብ አካባቢ ጭምብል ማጥለቅ ከCOVID-19 ለመከላከል ተጨማሪ ጥንቃቄ ይሆናል። ስለ ጭምብል ማጥለቅ ትእዛዝና አስፈላጊነት በእርስዎ አስተዳደር ክልል እና ተሪቶርይ ያለን ምክር ማጣራት። የአካል እርቀትን መጠበቅ አስቸጋሪ በሆነበት ሁኔታ ላይ ካሉ ማለት እንደ በህዝባዊ ማጓጓዣ ትራንስፖርት ላይ ከሆኑ የአፍና አፍንጫ መሸፈኛ ጭምብልን ማጥለቁ ይመረጣል።

ከCOVID ነጻ ሆኖ ለመቆየት:

- እጆችዎን ማጠብ ወይም ንጽህና መጠበቅ
- የአካል እርቀትን በ(1.5 ሜትር) መጠበቅ
- ያለዎትን COVID-19 ክትባቶች አወሳሰድ ወቅታዊ ማድረግ
- ደህና ካልሆኑ እቤት መቆየት እና ምርመራ ማካሄድ ነው።



የአፍና አፍንጫ መሸፈኛ ጭምብልን ለማጥለቅ ከመረጡ:



ጭምብሉን ከማጥለቅዎ በፊት እጆችዎን መታጠብ



አፍንጫዎና አፍዎ ስለመሸፈኑ እና ከአገጭዎ በታች፤ ከአፍንጫዎ በላይ እና በፊትዎ ገጽታ ስለመለጠፉ ማረጋገጥ ነው።



ጭምብሉን በሚያጠለቁበት ወይም በሚያወጡበት ጊዜ የፊት ለፊቱን ጭምብል አለመንካት። ጭምብሉን ከነኩት ወዲያውኑ እጆችዎን መታጠብ ወይም ማጽዳት ነው። ጭምብሉን በአገጭዎ ወይም በአንገትዎ ዙሪያ እንዲጠለጠል አለመፍቀድ።



ጭምብሉን ካወጡት በኋላ እጆችዎን መታጠብ ወይም ማጽዳት ነው።



የጨርቅ ጭምብልን ከተጠቀሙበት በኋላ ማጠብ ወይም ቢያንስ በቀን አንዴ ማጠብ።



*ለአንዴ ብቻ የሚጠቅም ጭምብልን እንደገና አለመጠቀም እና ከተጠቀሙበት በኋላ ወዲያውኑ መወገድ አለበት።

ጠቃሚ: የማይድን በሽታ ላለባቸው ሰዎች የአፍና አፍንጫ መሸፈኛ ጭምብልን ከመጠቀማቸው በፊት የህክምና ምክር ማግኘት አለባቸው።

የበለጠ መረጃ ለ National Coronavirus Helpline በስልክ **1800 020 080** መደወል እና ለአስተርጓሚ አገልግሎቶች **ቁጥር 8** መምረጥ፤ ወይም በድረገጽ ማየት **www.health.gov.au**