ክታበት COVID-19

ነቲ ሓቅታት ፍለጦ።

ድሕሪ ምኽታብካ፡ ጥንቃቐ ኣይፈለኻ።
ንማሕረሰብካ ተኸላኸል።

ካብቲ ናይ መወዳእታ ኽታበት እተኸተብካሉ እዋን ኣብ ዘሎ ክልተ ሰሙን፡ ካብ COVID-19 ምሉእ ብምሉእ ኣይትሕሎን ኢኻ!

- **ክልተ ኽታበት**እንተ ተኸቲብካ፡ ነቲ ኻልኣይ ክታበት ድሕሪ ምኽታብካ **2 ሰሙን** ክትጽበ ኣሎካ።
- ነቲ **ሓደ ኽታበት**t ጥራይ ዘድልዮ ዓይነት ክታበት እንተ ተኸቲብካ፡ ድሕሪ ምኽታብካ **2 ሰሙን** ክትጽበ ኣሎካ።

ድሕሪ ምኽታብካ፡ ጥንቃቐ ኣይፈለኻ።

ክኢላታት እቲ ኽፍሊ ንኽንደይ ዚኣክል ግዜ ኻብ COVID-19 ከም ዜዕቍበካ ወይ ከኣ ድሕሪ እቲ vaccin ናብ ካልኦት ክትዝርግሕ ትኽእል እንተ ዄንካ ኣይፈልጡን እዮም። ድሕሪ ምኽታብካ እውን ነዚ ዝስዕብ ምግባርካ ቐጽል፦

ኣፍካን ኣፍንጫኻን ተሸፈን።

ማሕበራዊ ምርሕሓቕ ሓሉ።

ምስ ብዙሓት ሰባት ኣይትተኣከብ።

ኣእዳውካ ኣዘውቲርካ ተሓጸብ።

ነቲ ብዙሕ ሰብ ዝትንከፎ ቦታታት ኣምክኖ

ዋላ እኳ ምሉእ ኽታበት እንተ ተኸተብካ፡ እዚ ዝስዕብ እንተ ኣጋጢሙካ፡ ቀልጢፍካ ናይ COVID-19 መርመራ ግበር፦

ምስ ሓደ COVID-19 ዝሓዞ ሰብ እንተ ኔርካ እሞ ኽትሓምም እንተ ጀሚርካ። ካብ ገዛ ኣይትውጻእ፡ ምስ ካልኦት ሰባት ከኣ ኣይትራኸብ።

ምስ ብዙሓት ሰባት እትነብር እንተ ዄንካን ምስ ሓደ COVID-19 ዝሓዞ ሰብ ተራኺብካ እንተ ኔርካን። ዋላ እንተ ዘይሓሚምካ እውን፡ ተመርመር። ካብ ገዛ ኣይትውጻእ፡ ምስ ካልኦት ሰባት ከኣ ኣይትራኸብ።

refugees NORTHWEST
A PROGRAM OF
Lutheran Community Services Northwest

ምሉእ ክታበት ድሕሪ ምውሳድካ ድሕሪ ኽልተ ሰሙን ነዚ ዝስዕብ ክትገብር ትኽእል ኢኻ፦

ኣብ ውሽጢ ገዛ **ምሉእ ክታበት** ምስ እተኸትቡ ሰባት ብዘይ መሸፈኒ ኣፍንጫን ኣፍን ኩን።

ኣብ ውሽጢ ገዛ ካብ ካልእ **ሓደ ካልእ ገዛ** ክታበት **ምስ ዘይተኸትቡ** ሰባት ብዘይ መሸፈኒ ኣፍንጫን ኣፍን ኩን።

ይኹን እምበር፡ ነቶም **ብሰንኪ COVID-19 ብብርቱዕ** ናይ ምሕማም **ተቃላዕነት ዘለዎም ሰባት** ምእንቲ ኽትከላኸለሎም ኣይትርከቦም። **ግድን ክትበጽሖም እንተሎካ፡ ኣፍንጫኻን ኣፍካን ብምሽፋን፡ ካብኣቶም 2 ሜትሮ ብምርሓቕ፡ ከምኡ እውን ኣእዳውኻ ብምሕጻብ፡ ተኸላኸለሎም።**

እዚ ዝስዕብ ኩነታት ዘለዎም ሰባት፡ ዝያዳ እተቓልዑ እዮም፦

- ☐ ከም መንሽሮ፡ ሽኮርያ ወይ ጸቕጢ ደም ዝኣመሰለ ኻልእ ሕማም ዘለዎም
- ☐ ካብ መጠን ንላዕሊ ዝረጎዱ
- ☐ ዘትከኹ
- ☐ ጥኑሳት
- ☐ ልዕሊ 65 ዝዕድሜኦም

ነዞም ዝስዕቡ ነገራት፡ ሕጂ እውን እንምሃሮ ዘሎና እዩ፦

- ክታበታት ክንደይ ንዝኸውን ግዜ COVID-19 ከይሕዞም ንሰባት ከም ዝከላኸለሎም።
- ክታበታት፡ ሰባት ነቲ ሕማም **ከየመሓላልፉ ዝከላኸሉ ምኻኖም።**
- ክታበታት ካብቲ ሓድሽ ዓይነት **COVID-19 ክሳዕ ክንደይ ከም ዝከላኸሉ።**

ክትጕዓዝ

ንመገሻ ኽትጕዓዝ ከለኻ ንርእስኻን ንኻልኦትን እትከላኸለሉ መገዲ፦

- ሰብ ኣብ ዝበዝሖ ቦታ ኣፍንጫኻን ኣፍኣን ብምሽፋን።
- ሰብ ካብ ዝእከበሉ ብምርሓቕን ምስ ካብ ዘይጕዓዙ ሰባት ብውሑዱ 2 ሜትሮ ዝኣክል ብምርሓቕ።
- ኣዘውቲርካ ኢድካ ብምሕጻብ።

ኣብ ውሽጢ ሕቡራት መንግስታት ኣመሪካ ኽትጕዓዝ ከለኻ፡ ጥዕናኻ ሓሉ።

- ቅድሚ ምጕዓዝካ ኽትምርመር ኣየድልየካን እዩ።
- ምስ ተመለስካ፡ ክትምርመር ወይ ካብ ካልኦት ክትግለል ኣየድልየካን እዩ፡ እዚ ግና እንተ ዘይሓሚምካ እዩ።

ዓለምለኻዊ ጕዕዞ ኽትገብር ከለኻ ጥዕናኻ ሓሉ።

- ቅድሚ ምጕዓዝካ ኽትምርመር ወይ ካብ ካልኦት ተገሊልካ ኽትጸንሕ ዘድልየካ እንተ ኾይኑ፡ ነቲ እትጕዓዘሉ መገዲ ኣየር ወይ ኣብቲ እትኸደሉ ቦታ ንዘለዉ ሰበ ሞያ ጥዕና ሕተት።
- ናብ ሕ.መ.ኣ ቕድሚ ምምላስካ 3 መዓልቲ ኣቐዲምካ ተመርመር።
- ድሕሪ ጕዕዞኻ፦
  - ኣብ ውሽጢ 3-5 መዓልቲ ተመርመር።
  - ሕማም እንተ ተሰሚዑካ፡ ካብ ገዛ ኣይትውጻን ምስ ካልኦት ሰባት ኣይትራኸብን።
  - ካልእ ክትገብሮ እትኽእል ነገር እንተኣልዩ ንምፍላጥ፡ ኣብ ከባቢኻ ንዘለዉ ሰብ ሞያ ጥዕና ሕተት።

refugees NORTHWEST
A PROGRAM OF
Lutheran Community Services Northwest