Tigrinja

ዝኸበርኩም ተዛረብቲ ትግርኛ ደቅ ክሪስትያንሳንድ

ሰራሕተኛታት ኮሙነ ካባኹም ብዙሕ ሕቶታት ክመጻና ስለዝጸንሐ ነዚ ዕድል እዚ ተጠቒምና ሕጽር ዝበለ ሓበሬታ ክንህበኩም ንፈቱ።

ከምቲ ድሮ ፈሊጥኩሞ ዘለኹም ኣብዚ እዋን እዚ ኣብ መንጎ ነንሕድሕድና ነካይዶ ርክብ ብጣዕሚ እዩ ተደሪቱ ዘሎ። እዚ "ማሕበራዊ ጋግ(Sosial distansering)" ተባሂሉ ዝጽዋዕ ኣምር ሰሚዕኩሞ ትኾኑ ኢኹም።

ጌና ሕጂ ውን ብጣዕሚ ኣድላዪ ኮይኑ፡ ብምሉእ ዕቱብነት ክንተሓሓዞ ኣገዳሲ እዩ። ኮሙነ ብዝተኻእለና መጠን ኣገልግሎታትና ክንቅጽሎ ንፍትን ኣለና፡ ከምዚ ገለኹም ፈሊጥኩሞ ዘለኹም ቤት-ትምህርቲ ብኢንተርነት እዩ ዝኸይድ ዘሎ። ኣብ ኮሙነ ዝሰርሑ ሰራሕተኛታት ብዙሓት እዮም፡ ካብዚኦም ድማ ብዙሓት ኣብ ገዝኦም ኮይኖም እዮም ዝሰርሑ ዘለዉ። ስለዚ ክትውከሱና ትኽእሉ ኢኹም፡ከምኡውን ሕቶታትኩም ክምለሰልኩም ይኽእል እዩ። እንተኾና ግና ብዝተኻእለኩም መጠን ተለፎን ተጠቐሙ።

ብዛዕባ መከላኸሊ ናውትታት ገለ ሕቶታት መጺኡና ኣሎ ፡ ማለት ከም መሸፈኒ ኣፍን ፈሳሲ መጽረዩ ኢድን(hånddesinfeksjon) ዝኣመሰሉ።

<u>መሸፈኒ ኣፍ:</u> መሸፈኒ ኣፍ ንነዊሕ ግዜ ዝከላኸል ኣይኮነን፡ከምኡውን ሰራሕተኛታት ጥዕና ጥራሕ እዮም ክጥቀሙሉ ዘለዎም።

<u>ፈሳሲ መጽረዩ ኢድ:</u>እዚ ምርካቡ ብጣዕሚ ኣጸጋሚ እዩ። ዳርጋ ኣብ ኩሉ ቦታታት ተሸይጡ ተወዲኡ እዩ ዘሎ፡ ኮሙነ ከኣ ነዚ ንምርካብ ክንሕግዘኩም ዕድል የብልናን። እንተኾነ ግና ማይን ሳምናን ምጥቃም ካብኡ ንላዕሊ ኣድማዒ ብምዃኑ ብጣዕሚ ጽቡቕ እዩ። ስለዚ ኣእዳውኩም ብዙሕን ብተደጋጋምን ተሓጸቡ፡ከምኡውን ክትሕጸቡ ከለኹም ጽቡቕ ጌርኩም ተሓጸቡ ዝብል ብሉጽ ምኽሪ ንልግሰልኩም።

እዞም ስጉምትታት ንኽንደይ ዝኸውን ግዜ እዮም ክቕጽሉ ዝብል ሕቶ ውን መጺኡና እዩ። እዚ ሕቶ እዚ ክምልሶ ዝኽእል ሰብ የለን፡ እንተኾነ ግና መንግስቲ ክሳብ ድሕሪ ኣፋስጋ ዘሎ ግዜ ክቕጽል ከምዝኾነ ናትና ኢልና ክንሕዞ ኣለና ኢሎም ኣለዉ። እዚ ማለት ክሳብ 13 ሚያዝያ 2020 ዘሎ ግዜ። ቅድሚኡ ብዛዕባ እዚ ዘለናዮ ኩነታት ተወሳኺ ሓበሬታ ክመጽእ እዩ።

12 መጋቢት 2020 መንግስቲ ነዚ ቫይረስ ጠጠው ከነብሎ ንኽእል ኢና ብዝብል ተስፋ ብዝሕ ዝበለ ስጉምትታት ኣተኣታትዩ።ከምዚኦም ዓይነት ብርቱዓትን ክሳብ ክንድዚ ጣልቃ ዝኣትዉን ስጉምትታት ኣብ ኖርወይ ኣብ ግዜ ሰላም ተኣታትዮም ኣይፈልጡን እዮም። እዞም ስጉምትታት እዚኦም ክሳብ 13 ሚያዝያ ዝጸንሑ ኮይኖም፡ እቶም ቀንዲ ኣገደስቲ ነጥብታት ድማ እዞም ዝስዕቡ እዮም፡

- ኩሉ ሰብ ኣብ መንጎኡ ብውሑዱ ሓደ ሜተር ጋግ ክህሉዎ ኣለዎ።
- ደገ ክንወጽእ ከለና ኣብ ሓደ ጉጅለ ልዕሊ **ሓሙሽተ ሰባት ክንእከብ ኣይግበኣናን።**
  - ኣብ ዕብይ ዝበለ ጉጅለታት ኣካላዊ ምውስዋስ ኣይትግበር ወይ ፌስታታት ኣይተካይድ።
- ኣእዳውኩም ብቐጻሊ ጽቡቕ ጌርኩም ክትሕጸቡዎ ኣገዳሲ እዩ። ቅድሚ ምውጻእካ ኣእዳውካ ተሓጸብ፡ ገዛ ምስተመለስካ ከኣ ቅድሚ ምብላዕካ ብቐጥታ ተሓጸብ። ገጽካ ምትንካፍ ከተወግድ ፈትን።
- ሰዓል እንተደኣ ሓሚምካ ወይ ጎሮሮኻ ኣሕሚሙካ ኣብ ገዛ ኩን። ሓውየ ምስበልካ ሓደ መዓልቲ ጸኒሕካ ኢኻ ካብ ገዛ ትወጽእ።

ነንሕድሕድኩም ተከናኸኑ

ምዉቕ ሰላምታ

ኪም ሀንሪክ ግሩነርት

ኣማኻሪ ክልተኣዊ ዝርርብ ብዙሃን ባህልታት፡ ክሪስትያንሳንድ ኮሙነ።