

Di dema Coronavirus (COVID-19) de Rêveber bûyina Civatê

Li jêr çend ramanan hene ku ji we re, wek rêberê civatê, bibe alîkar, da ku ji bo parastina ewlehî û beramberiya civaka xwe hûn berdewamkirina parvekirina agahdariya rastîn bikin. Hûn stûnek civakê ne ku mirov lê temaşe dike û piştî xwe bi wan ve girêdide, ji ber vê yekê **ji kerema xwe rêberan bişopînin û dema ku di civakê de bixebitin** rêwerz û modêlên van bikin.

Li van nîşanên hanê binihêrin: heraret, kuxîn, tengnefesî, serêş, westîn û êşa hestî / jan. **Heke ev nîşanên hanê çêbibin** 14 rojan li malê bimînin û xwe tecrîd bikin. Heke hûn fikar in, heke gengaz be bi pisporê tenduristî re têkiliyê daynin.

Destên xwe gelek caran bi 40 û 60 çirkeyan bitevayî bi avê û bi sabûnê bişon (wêneya li jêr binêrin).

Di nava enîşka xwe ya tewiyayî de bikuxin û hilpişkin.

Destê xwe li rûyê xwe dûr bigrin.

2 metre ji yên ku di mala we de najîn dûr bimînin - nekevin li deverên dorpêçkirî. Hûn dikarin hîn jî ji

- dûrbûnê 2 metre agahiyê bi kesên din re parve bikin. **Di komên** mezin de ji bo hevdiîtin neyên li cemhev. Bi qasî ku gengaz telefona xwe (WhatsApp, SMS, torên civakî yên din) bikar bînin. **Gava ku** hûn agahdariya bi wan re parve dikin, destên xwe nedin li endamên civakê.
- Heke gengaz be, **hawirdor** û tiştên ku gelek caran tîstên dest lê dan bi sabûn û avê ve paqij bikin.
- Gava ku we pêdivî ye ku hûn ji axa xaniyê xwe derkevin, **kincê ku dev û pozê we digrin xwe bikin**, lê berdewam bikin 2-metre dûrî mirovan bimînin.

Pêşgiriya Civakê: Li vir pêşniyar hene ku civata xwe ji bo Coronavirus (COVID-19) amade bikin. **Naha dema kiryarê ye.** Ji civata xwe re bêjin:

Li Yekîneyên Navmalînim bimînin: Yekîneya xaniyê we ji mirovên ku li qada we dijîn pêk tê. Girîng e ku hûn û kesên ku hûn li malê bi we re dijîn, bi fizîkî nêzî yekê / a ku ne di heman mala we de bijî nebin, herçiqas ew malbat an jî heval bin jî. Pêdivî ye ku hûn ji yên ku di mala we de najîn 2 metre dûr bin. Heke karek bilez hewce ye ku were kirin, yek ji mezinan ji yekîneya mala we tayîn bikin da ku vê karê bike. Divê ev kes bi **kincê ku dev û pozê wê vedigire li xwe ke, di her demê de 2 metre** ji mirovan dûr bikeve, û **heta ku gengaz be gelek caran** destên xwe bişon. Pêdivî ye ku mirov li malê bi qasî ku pêkan e bimîne. **Ji kerema xwe ji bîr mekin ku şopandina vê rêwerzaniyê pir girîng e ji ber ku ew ne tenê yekîneya xaniyê we diparêze, lê ew ji we re dibe alîkar ku vîrus li wan endamên xeternak ên civata we ve belav nabe.**

Ji yên xeternaktir biparêzin: Coronavirus dikare ji bo endamên civaka pîr pir zehf xeternak be. Ew pir girîng e ku li dora mirovên pîr, jinên ducanî, û yên ku jixwe ji tiştêkî din nexweş in, divê pir zêde hişyar bin. Ev tê vê wateyê ku, heke gengaz be, xwarin, tebeq, qedeh, û amûran ne parve bikin. Di heman demê de ji van mirovan 2 metre dûr bimînin.

Rêberan diyar bikin: Di her yekîneyek xanî de kesek diyar bikin ku dikare piştrast bike ku endamên yekîneya mala wan li ser van rêbernameyên girîng berdewam in. Ew postera yek-rûpel ya "Rastîn û Pêşbîniyên Coronavirusê (COVID-19)" bi wan re parve bikin. Bi serokê vê malê re qeyd bikin.

Erênî bimînin û li ku derê dikarin bibin alîkar! Pratîkên hişmendiyê biceribînin. Ji bo hewildanên we ji bo ewlehiya civaka we iACT spasî we dike. Hûn serokek girîng in. Tendurist bimînin û baş bibin, hevalan.

