

ریبنتینی خبری: کورونا ویروس د مینوی لپاره تر ټولو ښه تکلاره لاسونه پریمنزل دی!

باید خپل لاسونه د ۲۰ دقیقو لپاره پریمنزی (دا دوه ځله دزیردنی ورز مبارکی دمدی په برابر دی) همیشه دگرمو اوبو اوسابون سره وروسته له پریمنزلو، لاسونه دکاغذ تشناب او یا هم ددستمال سره وچکړی. ماسکونه دکورونه ویروس مینوی نه کوی

ډارپیری مه! خپل ګاونډیان په یاد ولری!

ذیاتره وګری (۸۰٪) چی د کورونه په ویروس اخته ښی دیر ذیات نه مرضیږی. باید خپل قریبان چی په دی مرض اخته کېدای شی په یاد ولری.

تر څو چی کولای شی د ګڼه ګونی څخه مخنیوی وکړی

که چیری امکان ولری دډیرو خلکو او عامه ځایونو څخه ډډه وکړی. که چیرته تاسی د نورو خلکو سره ژوند کوی، په یاد ولری چی کورونا ویروس د ۶ فوتو په فاصلی کی د بل انسان څخه نیول کیری

خبر پاتی شی

خپل د روغتیا معلومات د باور وړ سرچینې څخه په لاس راوړی. دلته ډیر ذیات غلط معلومات شتون لری. په خپل پوتکی د بلیچ سپری، کلورین او یا هم د اوړی سپری استعمال ونکړی. دا د کورونا ویروس مخنیوی نه کوی او خطرناک کیدای شی. --- یو

ښه او د باور وړ سرچینه ده.

څه باید وکړی که چیرته ته مریض شی: سرچینې

خپل د ځنګل داخلی برخه کی توخیدل او اپرنجی وکړی

دا د توکانو څاڅکی د خپریدو څخه مخنیوی کوی، او د همدغی لاری کورونا ویروس لیردول کیری

څه باید وکړی که چیری مریض شوی

لومړی، خپل روغتیایي پاملرنې چمتو کونکی ته زنگ ووهی (پرته د خبر ورکولو مه ځی) خپل ښی ورته تشریح کړی او مشوره تری واخلي. که چیرته روغتیایي پاملرنه نه لری، لاندینی سرچینې وګوری. په عمومي توره، تر څو چی ژوند ګواښونکی او سخت ضرورت نه لری، عاجل خانې بیړنی خونې ته مه ځی.

کورونا ویروس اړیکی

میډوری

877-435-8411: د روغتیا او مشری خدمتونو نیلفونی اړیکه

314-615-2660: سینټ لوئیس کاونټ نمبر

314-657-1499: سینټ لوئیس ښار نمبر

که بی بیمه بالډ عابد لری او روغتیایي پاملرنه نه لری دا لاندی ډلی دسرره مرسته کولای شی

· Affinia Healthcare Appt. Line: 314-814-8700

· CHIPS Health Center: 314- 652-9231 x10

· Care STL: (314) 633-6363

· People's Clinic: (314) 367-7848

· Family Care Health Centers:

Southside:314-353-5190 Northside:314-531-5444

· Mercy- Chesterfield, پرته د خبر ورکولو مه ځی، 314-251-0500

Source: cdc.gov, د کیرن هاوس لخوا جوړ شوی