



500 Summer St NE E20  
Salem OR 97301  
Voice: 503-947-2340  
Fax: 503-947-2341

የመልሶ መከፈቻ መመሪያ

አፊንንን መልሶ ለመከፈት ገዥ ኬቲ ብራውን ያቀረቡት የአሰራር መዋቅር ድርጅቶችን ጤናማ የአፊንን ማህበረሰብ እንዲኖር ከማድረግ ጎን ለጎን ማህበራዊ ህይወትና የንግድ ስራን መልሶ ለመጀመር ይረዳቸዋል። የአሰራር መዋቅሩ የአፊንን ነዋሪዎች ደህንነታቸውን ጠብቀው ለመንቀሳቀስ መውሰድ ያሉባቸውን እርምጃዎች ይዘረዝራል።

ግዛቱ መልሶ በሚከፈትበት ወቅት ሊያጋጥሙ የሚችሉ ስጋቶችን ማስታወስ በጣም አስፈላጊ ነው። እራሳችንንም ሆነ ሌሎች ሰዎችን ለመጠበቅ የምንችለውን ሁሉ ነገር ማድረግ አለብን። ሁላችንም እነዚህን እርምጃዎች ከተከተልን የስራ ባልደረቦቻችን፣ ጎረቤቶቻችን፣ ጓደኞቻችን እና የቤተሰባችንን አባላት ህይወት በመታደግ መርዳት እንችላለን።

**እነዚህ እርምጃዎች የሚከተሉትን ያጠቃልላሉ:**

- ከታመሙ ከቤት አለመውጣት።
- ለCOVID-19 ወረርሽኝ ተጋላጭነትን ለማስቀረት የከባድ ችግሮች ስጋት ያሉባቸው ሰዎች (እድሜያቸው ከ60 አመት በላይ የሆኑ ወይም ከባድ የጤና ችግሮች ያሉባቸው ሰዎች) ጤናማ ስሜት ቢሰማቸውም እንኳን በቤት ውስጥ መቆየት አለባቸው።
- ወደ ህዝብ መገኛ ቦታዎች በሚወጡበት ወቅት ምልክቶች የሚታዩብዎ ከሆነ (ሳል፣ ትኩሳት፣ ትንፋሽ ማጠር) እባክዎ ወደ ቤትዎ ተመልሰው ወዲያውኑ እራስዎን ከሌሎች ሰዎች ያግልሉ። የህክምና ክትትል የሚያስፈልግዎ ከሆነ የጤና እንክብካቤ አገልግሎት አቅራቢዎን ያነጋግሩ።
- እጆቻችን ቢያንስ ለ20 ሰከንዶች ያክል በተደጋጋሚ በመታጠብ ወይም የእጅ ማጽጃ (ከ60-95% የአልኮል ይዘት ያለው) በመጠቀም የእጅ ንጽህና መጠበቅን ይተግብሩ።
- በሚስሉበት/በሚያስነጥሱበት ወቅት አፍዎን በከርንዎ ወይም በሶፍት/ፎጣ ይሸፍኑ። ሶፍት የሚጠቀሙ ከሆነ የተጠቀሙበትን ሶፍት ወዲያውኑ ቆሻሻ መጣያ ውስጥ በመክተት እጆቻችን ይታጠቡ።
- ፊትዎን አይንኩ።
- በእርስዎና ከእርስዎ ጋር አብረው በማይኖሩ ሰዎች መካከል ቢያንስ የ6 (ስድስት) ጫመማ ርቀት በመጠበቅ አካላዊ ርቀት መጠበቅን ይተግብሩ።
- ወደ ህዝብ መገኛ ቦታዎች ሲወጡ ፊትዎን ለመሸፈን ልብስ፣ ወረቀት ወይም ተጠቅሞ የሚጣሉ የፊት መሸፈኛዎች ይጠቀሙ። አፊንን መልሶ ሊከፈት እና በንግድ ስራዎችና የህዝብ መሰብሰቢያ ቦታዎች ላይ የተጣሉ ክልከላዎች/ ገደቦች ሊነሱ በመሆኑ እርስዎ በሁሉም ጊዜያት ከሌሎች ሰዎች የስድስት (6) ጫማ ርቀትዎን ጠብቀው መቀጠልዎን ለማረጋገጥ አስቸጋሪ ሊሆን ይችላል። እባክዎ [የንግድ ስራዎች፣ ማስተላለፊያዎችና የህዝብ ግልጋሎት መስጫዎች የፊት ጭምብልና የፊት መሸፈኛ መመሪያን ይመልከቱ።](#)
- በቤት ውስጥ ዘግቶ መቆየት የአንድ ምሽት ጉዞዎችን ይሰርዙ እንዲሁም የመዝናኛ ቀን ጉዞዎችን ጨምሮ ከመኖሪያ ማህበረሰብዎ ውጭ የሚደረጉ ሌሎች ወሳኝ ያልሆኑ ጉዞዎችን ይቀንሱ። ወሳኝ አገልግሎቶችን ለማግኘት አስፈላጊ እስከሚሆነው ዝቅተኛ ርቀት ብቻ ይጓዙ፤ በገጠር አካባቢዎች ነዋሪዎች ወሳኝ አገልግሎቶችን ለማግኘት ረጅም ርቀት መጓዝ ሊኖርባቸው የሚችል ሲሆን በከተሞች ግን ነዋሪዎች እነዚህን አገልግሎቶች ለማግኘት መጓዝ የሚጠበቅባቸው ጥቂት ማይሎችን ብቻ ሊሆን ይችላል።

## ተጨማሪ የመረጃ ምንጮች:

- [የንግድ ስራዎች፣ ማስተላለፊያዎችና የህዝብ ግልጋሎት መስጫዎች የፊት ጭምብልና የፊት መሸፈኛ መመሪያ](#)
- [የOHA የቀጣሪዎች ጠቅላላ መመሪያ](#)

**ተደራሽነት:** አካል ጉዳተኛ ለሆኑ ግለሰቦች ወይም ከእንግሊዝኛ ውጭ የሌላ ቋንቋ ተናጋሪ ለሆኑ ግለሰቦች OHA ሰነዶችን በሌሎች ቋንቋዎች፣ በትላልቅ/ ደግቅ ህትመት፣ ብሬይል ወይም እርስዎ የመረጡት ፎርማት በመሳሰሉ አማራጭ ፎርማቶች ሊያቀርብ ይችላል። ማሻሻል ሞራልስን በ 1-844-882-7889, 711 TTY ወይም [OHA.ADAModifications@dhsoha.state.or.us](mailto:OHA.ADAModifications@dhsoha.state.or.us) ያነጋግሩ።