

Alert Level 2

What you need to do to stay safe and keep well



၁။ ကြာသာပတေးနေ့ ၉ ရက်၊ စက်တင်ဘာ ၂၀၂၁ မှ စ၍ ကျောင်း နှင့်အလုပ်ခွင်ကို သွားနိုင်ပါသည်။



၂။ မည့်သည့်နေရာတွင် ဖြစ်စေ သင့်အနေဖြင့် တပါးသူနှင့် ၂ မီတာ အကွာတွင် နေရမည်။

၃။ မည့်သည့် နေရာသွားသွား (QR code) ကို ဖုန်းဖြင့် (scan) ဖတ်ပါ။



၄။ မည့်သည့်နေရာတွင် ဖြစ်စေ (ဈေးဝယ်သည့်နေရာ၊ ဘာသာရေးဆိုင်ရာအဆောက်အအုံ၊ ဘုရားကျောင်း၊ ဗလီဝတ်ပြုသည့် နေရာများ၊ လိုင်ကား၊ ရထား စသည့် လူများစုဝေးသည့် နေရာ) အသက် ၁၂ နှစ်အထက် လူတိုင်း မျက်နှာဖုံး/စည်းကို တပ်ရမည်။



၅။ သင် နေမကောင်းဖြစ်လျှင် အိမ်မှာ နေပါ။ စမ်းသပ် ဆေးစစ်မှုလုပ်ပါ။



၆။ ကိုဗစ်-၁၉ ကဲ့သို့သော ရောဂါ၊ လက္ခဏာများ သင့်တွင် ရှိလျှင် စမ်းသပ်စစ်ဆေးပါ။

- ချောင်းဆိုးခြင်း
- ကိုယ်ပူမြင့်ခြင်း (အနည်းဆုံး ၃၈ စင်တီဂရိတ်)
- အသက်ရှူကျပ်ခြင်း
- လည်ချောင်းနာခြင်း
- နာချေ/နာရည်ယိုခြင်း
- ခဏတာအနံ့ပျောက်ခြင်း

Healthline 08003585453 (သို့) သင်၏ ဆရာဝန်ကို ဖုန်းခေါ်၍ အကြံဉာဏ်ရယူပါ။



၇။ အဆောက်အအုံထဲတွင် လူ ၅၀ အထိအများဆုံး စုဝေးနိုင်ပါသည်။ (QR code) ကို ဖုန်းဖြင့် (scan) ဖတ်ရမည်။

မျက်နှာဖုံး/စည်းတပ်ရမည်။ တယောက်နှင့်တယောက် ၂ မီတာ အကွာတွင် နေရမည်။ မှတ်တမ်းတင်ထားရမည်။

၈။ အဆောက်အအုံပြင်ပတွင် လူ ၁၀၀ အထိအများဆုံး စုဝေးနိုင်ပါသည်။ (QR code) ကို ဖုန်းဖြင့် (scan) ဖတ်ရမည်။ မျက်နှာဖုံး/စည်းတပ်ထားရမည် ဖြစ်သည်။ တယောက်နှင့်တယောက် ၂ မီတာ အကွာတွင် နေရမည်။ မှတ်တမ်းတင်ထားရမည်။

