

Alert Level 3 – what you need to do to stay safe and keep well

1st September 2021

1. வீட்டில் உங்கள் குழுவில் இருக்கவும்



2. பிள்ளைகள் வீட்டிலேயே படிக்கவும் பெரியவர்கள் வீட்டிலிருந்து வேலை செய்யவும் (அத்தியாவசியமான வேலையாட்களைத் தவிர)



3. அத்தியாவசிய தேவைக்காக வெளியே போகும் போது (அதாவது கடைக்கு அல்லது மருந்து வாங்க) மற்றவர்களிடமிருந்து 2மீட்டர் தூரத்திலிருக்கவும்.



4. வெளியே போகும் போது முக கவசம் அணியவும் - எச்சரிக்கை நிலை 3 இன் போது கட்டாயம் அணிய வேண்டும்.



5. Covid-19 இன் அறிகுறிகள் இருந்தால் சோதனை செய்க்கவும் - அவையாவது

- இருமல்
- கரும் காய்ச்சல் (38°C க்கு மேல்)
- மூச்சு விட கடினம்
- தொண்டை நோவு
- தும்மலும் மூக்கு ஒழுக்குதலும்
- தற்காலிக வாசனை இழப்பு

அறிவுரைக்கு சுகாதார தொடர்பு 080035855453 அல்லது உங்கள் குடும்ப வைத்தியரை தொடர்பு கொள்ளவும்.



6. கூட்டங்கள் கூடக் கூடாது



இறுதிச்சடங்குகள் அல்லது திருமணங்கள் தவிர. 10 பேர் மட்டுமே கூடலாம்

7. வெளியே போகும் போது QR கோட் ஸ்கானரை பாவிக்கவும்



8. கைகளை அடிக்கடி கழுவவும்



முழங்கைக்குள் இருமவும் அல்லது தும்மவும்



9. உங்கள் குழலில் அடிக்கடி நடக்கலாம்



10. அத்தியாவசிய பொருட்களை மற்றவர்களுடன் தொடர்பில்லாமல் வாங்குவதற்கு கடையின் இணையதளத்தில் கிளிக் செய்து பொருட்களை வாங்கவும்

