NEW ZEALAND RED CROSS
RĪPEKA WHERO AOTEAROA

COVID-19 မီးပွိုင့်စနစ်- အစိမ်းရောင် – လိမ္မော်ရောင် – အနီရောင်

'ကာကွယ်ဆေးထိုးထားကြောင်းအထောက်အထား' သည် ဤစနစ်သစ်ကို အသုံးပြု၍ ကောင်းမွန်စွာစီမံခန့်ခွဲရန် သင့်ကိုကူညီပေးပါလိမ့်မည်။

1. ကော်ဖီဆိုင်တွင် ကော်ဖီသောက်ရန်၊ အားကစားခန်းမ Gym သွားရန်၊ အားကစားလုပ်ရန်၊ ပွဲလမ်းသဘင်များအတွက် စုရုံးခြင်း စသောနေရာအများစုတွင် ၎င်းတို့၏ အဆောက်အဦထဲသို့ မဝင်မီ သင်၏ကာကွယ်ဆေးထိုးထားကြောင်းလက်မှတ်ကို ပြသရန် တောင်းဆိုကြပါလိမ့်မည်။

2. အစိမ်းရောင်၊ လိမ္မော်ရောင်နှင့် အနီရောင် စသောအဆင့်အားလုံးတွင် - စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ၊ လက်လီရောင်းချသော စျေးဆိုင်များနှင့် အများပြည်သူအသုံးပြုနိုင်သော အဆောက်အဦများသည် ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူများအတွက် ယေဘုယျအားဖြင့် ဖွင့်ထားမည်ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ သင့်တွင် 'ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းအထောက်အထား' ရှိပါက လိမ္မော်ရောင်နှင့် အနီရောင်အတွင်း ပုံမှန်ဘဝကဲ့သို့ အတားအစည်းမရှိ သွားလာလှုပ်ရှားနိုင်သည်ဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။

3. သင်၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်ကို သီးခြားစာရွက်စာတမ်းတစ်ခုအနေဖြင့် သင့်ဖုန်းသို့ ဒေါင်းလုဒ်လုပ်ခြင်း အဆင့်များမှသော်၄င်း

4. သို့မဟုတ် ဤလင့်ခ် https://covid19.govt.nz/covid-19-vaccines/getting-proof-of-your-vaccination/ မှတဆင့် သင်ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
5. အသက် 12 နှစ်မှ 15 နှစ်ကြား နှင့် မိုဘိုင်းလ်ဖုန်း မရှိသူများ အတွက် ကျန်းမာရေး ဝန်ကြီးဌာန ဝက်ဘ်ဆိုဒ် မှ ကာကွယ်ဆေးထိုး လက်မှတ် ရနိုင်ပါသည်။ https://www.health.govt.nz/our-work/diseases-and-conditions/covid-19-novel-coronavirus/covid-19-vaccines/covid-19-requesting-proof-vaccination ညွှန်ကြားချက် အချက်အလက်များသည် Document ခေါ် သီးခြားစာရွက်စာတမ်းထဲတွင်ရှိနေကြပါသည်။
6. ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်ကိုပြသခြင်းအပြင်၊ QR စကင်ဖတ်စစ်ဆေးခြင်းဖြင့် သင်၏ သွားလာလည်ပတ်မှုကို မှတ်တမ်းတင်ထားရန် အထူးလိုအပ်ပါသည်။

NEW ZEALAND RED CROSS
RĪPEKA WHERO AOTEAROA

အစိမ်းရောင် - NZ တွင် COVID-19 များစွာမရှိပါ။
ဆိုလိုသည်မှာ ကွန်မြူနီတီအတွင်းတွင် Covid-19 ဖြစ်ပွားမှုအချို့ရှိသည်။ ပြည်ပမှနေ၍လည်း ရံဖန်ရံခါ ရောက်လာခြင်းများရှိမည်။ သင်၏ပတ်ဝန်းကျင် အဝန်းအဝိုင်းထဲတွင်နေ့တဓူဝ လုပ်ငန်းဆောင်တာအများစုကို လုပ်ဆောင်ရန် သင့်ကာကွယ်ဆေးလက်မှတ်ကို သင်ပြသရန် လိုအပ်ပါသည်။

အစိမ်းရောင် အဆင့်မှာ သင်ဘယ်လိုဘေးကင်းအောင်နေနိုင်မလဲ။

- သင်သွားသည့်နေရာများကို မှတ်တမ်းတင်ထားပါ – နေရာတိုင်းကို ရေးမှတ်၍ သို့မဟုတ် QR ကုဒ်ကို စကင်ဖတ်၍ မှတ်တမ်းတင်ပါ။
- ဈေးဆိုင်များနှင့် အဆောက်အဦးများအတွင်းဝင်ရောက်လျှင် နှာခေါင်းစည်းများတပ်ဆင်ပါ။
- လေယဉ်ပေါ်တွင် နှာခေါင်းစည်းတပ်ဆင်ပါ။

အစိမ်းရောင်အဆင့်တွင် သင်သွားနိုင်မည့်နေရာများ

- အများပြည်သူ အသုံးပြုနိုင်သောနေရာများ - ရေကူးကန်များ၊ စာကြည့်တိုက်များ၊ အားကစားကွင်းများ
- ဈေးဆိုင်များ- ဈေးဆိုင်များတွင် ဈေးဝယ်(Shopping)ထွက်ခြင်း
- လုပ်ငန်းခွင်များ - မိမိတို့၏အလုပ်ခွင်များနှင့် အခြားအလုပ်နှင့်သက်ဆိုင်သောနေရာများသို့ သွားရောက်နိုင်ခြင်း
- ပညာရေးနေရာများ - ECEs၊ ကျောင်းများ၊ kura နှင့် တက္ကသိုလ်များ၊ polytechnics၊ ESOL အတန်းများ
- သတ်မှတ်ထားသော ပြင်ပရှိ ပွဲများ- ၎င်းတို့မှာ ဖျော်ဖြေပွဲများ၊ အားကစားပွဲကြီးများ၊ ပွဲလမ်းသဘင်များ၊ လမ်းဘေးဈေးပွဲများ ဖြစ်ပါသည်။
- ဒေသန္တရနယ်နိမိတ်ကန့်သတ်ချက်များမရှိပါ - သင်ဆန္ဒရှိသည့်အတိုင်း NZ တဝှန်းကို သွားရောက်လည်ပတ်နိုင်ပါသည်။

အစိမ်းရောင်တွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသောအထောက်အထား ကိုနေရာများစွာတွင် အသုံးပြုပါမည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်များအသုံးပြုသည့်နေရာများ - ဤနေရာများ အတွက် လူဦးရေ ကန့်သတ်ချက်မရှိပါ။ ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်း (ကဖေးနှင့် စားသောက်ဆိုင်များ)၊ စုဝေးပွဲများ (မင်္ဂလာဆောင်များ၊ အသုဘအခမ်းအနားများ၊ တန်ဂီဟာဂ၊ ဝတ်ပြုရာနေရာများ၊ မာရိုင်များ)၊ ပွဲလမ်းသဘင်ကြီးများ (အတွင်း/အပြင်)၊အထိအတွေ့ရှိသည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ (ဥပမာ၊ ဆံပင်ညှပ်ဆရာများ) နှင့် ကာယလေ့ကျင့်ရေးရုံ GYM စသည့်နေရာများ။

ဆိုလိုသည်မှာ ဤနေရာများသို့သွားရောက်ရန် နှင့် ပွဲလမ်းသဘင်များသို့တက်ရောက်ရန် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်ကို ပြသရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ပါသည်။

NEW ZEALAND RED CROSS
RĪPEKA WHERO AOTEAROA

ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်များကို အသုံးမပြုသည့်နေရာများ- ဤလုပ်ငန်းများ၊ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများတွင် ကန့်သတ်ချက်များ ရှိပါလိမ့်မည်- ကန့်သတ်ချက်မှာ လူဦးရေ ၁၀၀၊ လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး 1 မီတာ အကွာအဝေးထိုင်ပြီး စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းထားရမည်ဖြစ်သည်။

ဆိုလိုသည်မှာ လူ ၁၀၀ ထက်နည်းသော ဤပွဲများသို့ ပါဝင်တက်ရောက်ရာတွင် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်ကို ပြသရန် မလိုအပ်ပါ။

လိမ္မော်ရောင် – အရေးအတွက်မြင့်တက်လာနေသည်။

အခြေအနေက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ကျန်းမာရေးစနစ်ကို ဖိအားတွေ ပေးနေမည်။
အသက်အရွယ်နှင့် ကျန်းမာရေးကြောင့် 'အန္တရာယ်ရှိသူများ' အတွက် အန္တရာယ် တိုးလာနိုင်ပါမည်။
သင့်ပတ်ဝန်းကျင် ကွန်မြူနီတီအသိုင်းအဝိုင်းတွင် တစ်နေ့တာလုပ်ငန်းဆောင်တာများကို လုပ်ဆောင်ရန် သင့်ကာကွယ်ဆေးလက်မှတ်ကို သင်ပြသရန် လိုအပ်ပါမည်။

လိမ္မော်ရောင်မှာ သင် ဘယ်လို ဘေးကင်းအောင်နေနိုင်မလဲ။

- သင်သွားသည့်နေရာကို မှတ်တမ်းတင်ထားပါ – နေရာတိုင်းကို ရေးမှတ်၍ သို့မဟုတ် QR ကုဒ်ကိုစကင်ဖတ်၍ မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။
- ဈေးဆိုင်များနှင့် အဆောက်အဦးများအတွင်းဝင်ရောက်လျှင် နှာခေါင်းစည်းများတပ်ဆင်ပါ။
- လေယာဉ်ခရီးစဉ်များ၊ ပြည်သူ့သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး၊ ပြည်သူအများ သွားလာလှုပ်ရှားသောနေရာများ၊ တက္ကစီများနှင့် Uber များတွင် နှာခေါင်းစည်းများတပ်ခြင်း- အခြေခံအားဖြင့် ၎င်းတို့ကို နေရာတိုင်းတွင် တပ်ဆင်ရန် တိုက်တွန်းလိုပါသည်။

လိမ္မော်ရောင်မှာသင် ဘယ်လို ဘေးကင်းအောင်နေနိုင်မလဲ။

- ပြည်သူပိုင်အဆောက်အဦများ - ရေကူးကန်များ၊ စာကြည့်တိုက်များ၊ အားကစားကွင်းများကို လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ၁ မီတာခြားခြင်း အရေအတွက်အကန့်အသတ်ဖြင့်သာဝင်ခွင့်ပြုခြင်းဖြင့် ဖွင့်လှစ်ပါမည်။
- လက်လီဆိုင်- ဈေးဝယ်ခြင်း Shopping- ၁ မီတာခြားခြင်း၊ အရေအတွက်အကန့်အသတ်ဝင်ခွင့်ပြုခြင်းဖြင့် ဖွင့်လှစ်ပါမည်။
- အလုပ်ခွင် - အလုပ်သွားခြင်း - သင့်လုပ်ငန်းခွင်များ ဖွင့်လှစ်ခွင့်ပြုထားပါလိမ့်မည်။
- ပညာရေးဆိုင်ရာနေရာများ - ECEs၊ ကျောင်းများ၊ kura နှင့် တက္ကသိုလ်များ၊ polytechnics၊ ESOL အတန်းများကို လက်သန့်ဆေး၊ နှာခေါင်းစည်း ၊ ၁ မီတာအကွာ စသည့် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ စည်းစနစ်များနှင့်အညီ ဖွင့်လှစ်ပါလိမ့်မည်။
- သတ်မှတ်ထားသော ပြင်ပရှိ ကွန်မြူနီတီပွဲများ- ၎င်းသည် ဖျော်ဖြေပွဲများ၊ အားကစားပွဲကြီးများ၊ ပွဲလမ်းသဘင်များ၊ လမ်းဘေးဈေးပွဲများဖြစ်သည်- ၎င်းတို့အား

NEW ZEALAND RED CROSS
RĪPEKA WHERO AOTEAROA

လူအရေအတွက်နှင့် နေရာအကွာအဝေး စသည့် လမ်းညွှန်မှုများနှင့်အညီ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်သွားရမည်ဖြစ်ပါသည်။ • ဒေသန္တရနယ်နိမိတ်ကန့်သတ်ချက်များမရှိပါ - သင်ဆန္ဒရှိသည့်အတိုင်း NZ တဝန်းကို သွားရောက်လည်ပတ်နိုင်ပါသည်။
လိမ္မော်ရောင်အဆင့် နေရာအများစုတွင် 'ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသည့်အထောက်အထား' ကို အသုံးပြုပါမည်။
ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်များအသုံးပြုသည့်နေရာများ - ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်း (ကဖေးနှင့် စားသောက်ဆိုင်များ)၊ စုဝေးပွဲများ (မင်္ဂလာဆောင်များ၊ အသုဘအခမ်းအနားများ၊ တန်ဂီဟာဂ၊ ဝတ်ပြုရာနေရာများ၊ မာရိုင်များ)၊ ပွဲများ (အတွင်း/အပြင်)၊ အထိတွေ့မှုရှိသည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ (ဥပမာ၊ ဆံပင်ညှပ်ဆရာများ) နှင့် ကာယလေ့ကျင့်ရေးရုံ GYM စသည့်နေရာများ။
ဆိုလိုသည်မှာ ဤနေရာများသို့သွားရောက်ရန် နှင့် ပွဲလမ်းသဘင်များသို့တက်ရောက်ရန် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားကြောင်းလက်မှတ်ကို ပြသရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ပါသည်။
ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်များကို အသုံးမပြုသောနေရာများ- **ကန့်သတ်ချက်များ -** ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများတွင် ထိတွေ့မှုမဲ့ ဝန်ဆောင်မှုများ နှင့် ၁ မီတာအကွာအဝေးကို အခြေခံ၍ လူ ၅၀ယောက် အထိစုဝေးနိုင်သည်။ **ပိတ်ထားရန် နှင့် ကျင်းပခွင့်မရရှိနိုင်** - ပွဲများ (အိမ်တွင်း/အပြင်)၊ အနီးကပ်ဆက်ဆံရသော လုပ်ငန်းများ (ဥပမာ၊ ဆံပင်ညှပ်ဆရာ) နှင့် ကာယလေ့ကျင့်သောအားကစားရုံများ။
ဆိုလိုသည်မှာ ဤနေရာနှစ်ခုတွင် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်ကို ပြသရန် မလိုအပ်ပါ။

NEW ZEALAND RED CROSS
RĪPEKA WHERO AOTEAROA

အနီရောင် – လူများနှင့် ကျန်းမာရေးစနစ်အား ကာကွယ်ရန် လုပ်ဆောင်ချက်
ကိုဗစ်အရေအတွက်မြင့်တက်ခြင်း အခြေအနေသည် ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ကျန်းမာရေးစနစ်အပေါ် ဖိအားများစွာ သက်ရောက်စေပါသည်။ အသက်အရွယ်နှင့် ကျန်းမာရေးကြောင့် 'အန္တရာယ်ရှိသူများ' အတွက် ရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေ ပိုများလာပါမည်။ သင်၏နေ့တစ်ဓူဝ လုပ်ငန်းဆောင်တာအများစုလုပ်ဆောင်ရာတွင် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးလက်မှတ်ကို ပြသရန် လိုအပ်ပါသည်။
အနီရောင်အဆင့်တွင် သင်ဘယ်လိုဘေးကင်းအောင်နေနိုင်မလဲ။
• သင်သွားသည့်နေရာများကို မှတ်တမ်းတင်ထားပါ – နေရာတိုင်းကို ရေးမှတ်၍ သို့မဟုတ် QR ကုဒ်ကိုစကင်ဖတ်၍ မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။ • ဈေးဆိုင်များနှင့် အဆောက်အဦးများအတွင်းဝင်ရောက်လျှင် နှာခေါင်းစည်းများတပ်ဆင်ပါ။ • လေယာဉ်ခရီးစဉ်များ၊ ပြည်သူ့သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး၊ ပြည်သူအများ သွားလာလှုပ်ရှားသောနေရာများ၊ တက္ကစီများနှင့် Uber များတွင် နှာခေါင်းစည်းများတပ်ခြင်း- အခြေခံအားဖြင့် ၎င်းတို့ကို နေရာတိုင်းတွင် တပ်ဆင်ထားရန် တိုက်တွန်းလိုသည်။
အနီရောင်တွင်သင် ဘယ်ကိုသွားလို့ရမလဲ။
• အများပြည်သူ အသုံးပြုသောနေရာများ - ရေကူးကန်များ၊ စာကြည့်တိုက်များ၊ အားကစားကွင်းများကို ၁ မီတာခြားပြီး လူ ၁၀၀ အထိသာ ဝင်ခွင့်ပေးသော စနစ်ဖြင့် ဖွင့်လှစ်ပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။ • ဈေးဆိုင်များ - ဈေးဝယ်ခြင်း - ၁ မီတာအကွာအဝေးကိုအခြေခံ၍ လူဦးရေကန့်သတ်ချက်ဖြင့်ဖွင့်ပါမည်။ • လုပ်ငန်းခွင်များ - ဖြစ်နိုင်လျှင် အိမ်မှအလုပ်လုပ်ရန် အကြံပြုပါသည်။ • ပညာရေးနေရာများ - ECEs၊ ကျောင်းများ၊ kura တို့ကို လက်သန့်ဆေး၊ နှာခေါင်းစည်း ၊ ၁ မီတာအကွာစသည့် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးအစီအမံများဖြင့် ဖွင့်လှစ်ပါမည်။ • သတ်မှတ်ထားသော ပြင်ပကွန်မြူနီတီ ပွဲများ - လူဦးရေ ကန့်သတ်ချက်ဖြင့် ခွင့်ပြုမည်။ • ဒေသန္တရနယ်နိမိတ် ခရီးသွားလာခွင့် ကန့်သတ်ချက်များရှိနိုင်ပါသည်။
'အနီရောင် နေရာအများစုတွင် 'ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းဆိုင်ရာ အထောက်အထား' ကို အသုံးပြုမည်ဖြစ်သည်။
ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်များအသုံးပြုသည့်နေရာများတွင် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ၁မီတာ အကွာအဝေးကို အခြေခံ၍ လူ ၁၀၀ သာအကန့်သတ်ဖြင့်ခွင့်ပြုခြင်း - ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်း (ကဖေးနှင့် စားသောက်ဆိုင်များ)၊ စုဝေးပွဲများ (မင်္ဂလာဆောင်များ၊ အသုဘပွဲများ၊ တန်ဂီဟတ်၊ ဝတ်ပြုရာနေရာများ၊ မာရိုင်များ)၊ ပွဲများ (အတွင်း/အပြင်)၊ အနီးကပ်ထိတွေ့မှုရှိသော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ (ဥပမာ၊ ဆံပင်ညှပ်ဆရာများ) ကာယလေ့ကျင့်သောအားကစားရုံများ။

ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အစီအမံများဖြင့် ဖွင့်လှစ်ခြင်း- အနီးကပ် ထိတွေ့မှုရှိသည့် လုပ်ငန်းများ ဥပမာ ဆံပင်ညှပ်သမားများ **ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် လိုအပ်သော ကျောင်းစာသင်ခန်းများ -** အဆင့်မြင့်ပညာရေး၊ ၁ မီတာ အကွာအဝေးကို အခြေခံ၍ လူဦးရေ အကန့်အသတ်ဖြင့် စားသင်ကြားပါမည်။
ဆိုလိုသည်မှာ ဤနေရာများသို့သွားရောက်ရန် နှင့် ပွဲလမ်းသဘင်များသို့တက်ရောက်ရန် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်ကို ပြသရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ပါသည်။
ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်များကို အသုံးမပြုသောနေရာများ- **ကန့်သတ်ချက်များ-** ထိတွေ့မှုမဲ့ ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများတွင် ၁ မီတာခြား၍ လူ ၁၀ ဦးအထိသာ စုဝေးခြင်း၊ အထက်တန်းပညာရေး - အဝေးသင် သင်ယူခြင်းသာ။ **ပိတ်ထားပြီး ကျင်းပခွင့်မရရှိနိုင် -** ပွဲများ (အိမ်တွင်း/အပြင်)၊ အနီးကပ် ထိတွေ့ရသော လုပ်ငန်းများ (ဥပမာ၊ ဆံပင်ညှပ်ဆရာ) နှင့် ကာယလေ့ကျင့်ခန်းလုပ်သောအားကစားရုံများ။
ဆိုလိုသည်မှာ အနီရောင်ကာလအတွင်း ဤနေရာနှစ်ခုတွင် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးလက်မှတ်ကို ပြသရန် မလိုအပ်ပါ။