



CORONAVIRUS (COVID-19)



ပျံ့ပွားမှုကိုရပ်တန့်ပါ

ဘယ်လိုပျံ့ပွားသွားသလဲ

ချောင်းဆိုးသို့မဟုတ်နှာချေခြင်း

လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်း

ရောဂါပိုး ရှိသည့် နေရာများကို ထိမိခြင်း

ရောဂါလက္ခဏာကဘာတွေလဲ

ချောင်းဆိုး

အဖျားတက်ခြင်း

အသက်ရှူကျပ်ခြင်း

မိမိကိုယ်ကို ဘယ်လို ကာကွယ်ရမလဲ

✓ လုပ်ပါ

မိမိ၏လက်များကိုဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့်စက္ကန့် ၂၀ ကြာအောင်ဆေးကြောပါ

ဖျားနာသူတွေကိုရှောင်ပါ

နေမကောင်းဖြစ်သည့်အခါအလုပ်မလုပ်ဘဲအိမ်တွင်နေပါ

အခြားသူများနှင့် ၆ ပေ (၂ မီတာ) အကွာတွင်ရပ်ပါ

✗ မလုပ်နဲ့

ချောင်းဆိုးမဟုတ်နှာချေသည့်အခါ တစ်သျှူးဖြင့်ဖုံးအုပ်ထားပါ

မိမိ၏မျက်နှာကိုလက်နဲ့မထိပါနဲ့

အရာဝတ္ထုများနှင့်မျက်နှာပြင်များကိုမကြာခဏသန့်ရှင်းပါ

ဘယ်သူ့ကိုခေါ် / မက်ဆွေချ ပို့ရမလဲ

သင်ဖျားနာနေလျှင် ဆရာဝန်၏ ဆေးခန်းသို့ မဟုတ် ဆေးရုံသို့မသွားခင် မိမိဆရာဝန်ကိုအရင်ဖုန်းဆက်ပါ
ကျမ်းမာရေးဆိုင်ရာပြဿနာများ၊ အိမ်ယာ၊ Medicaid၊ အစားအစာများ၊ community resources နှင့်အထွေထွေမေးခွန်းများ
Fikret (Serbian) 773.681.8544 Alicia (Spanish) 773.681.8543
Angelica (Spanish) 773.681.8557 Rebecca 773.681.8558

အလုပ်နှင့်ပတ်သက်သောမေးခွန်းများ
Hannah 773.681.8542 Raelyn (French) 773.681.8545

ကျောင်းပိတ်ခြင်း၊ ကျောင်းအပ်ခြင်း၊ ကလေးများအတွက် အစားအစာများနှင့် ပတ်သက်သည့်မေးခွန်းများ
Rachel (Swahili) 773.681.8563