

Yuav Muaj Dabtsi Tshwm Sim Thaum Mus Tom Chaw Kuaj Qaub Ncaug Kab Mob COVID-19

Yuav muaj dabtsi tshwm sim thaum mus tom chaw kuaj qaub ncaug kab mob COVID-19.

Thaum xub thawj, tsis txhob noj mov, haus dej, haus luam yeeb, los ntxo ib yam dabtsi twg li ntawm 30 feeb ua ntej koj yuav muab koj cov qaub ncaug mus kuaj.

Tsis txhob haus dej dawb thiab.

Yog tias koj muaj, thov nqa koj lub xov tooj ntawm tes (smartphone), ntawv pov hwm, thiab koj tus email.

Yog tias koj tsis muaj ib lub xov tooj ntawm tes, kuj muaj cov khoom hu ua tablet rau koj siv tau nyob tom chaw kuaj qaub ncaug.

Yog tias koj tsis muaj ntawv pov hwm, koj kuaj dawb xwb los tau.

Yuav tsis xa nuj nqis tuaj rau koj them.

Thiab yog koj tsis muaj ib tug email, cov neeg ua haujlwm hu tau rau koj tus xov tooj thiab mam qhia rau koj seb koj kuaj tau yog li cas.

Yeej txhawb kom koj teem caij rau ib lub sijhawm tuaj kuaj, tiamsis koj cia li tuaj kiag xwb los tau thiab.

Thaum koj tuaj txog, ua raws li cov paib ntawv qhia txog kev tso npe lossis check in rau lub sijhawm uas koj tau teem caij.

Cov neeg ua haujlwm mam li nug kom koj hloov koj lub npog qhov ncauj mus rau ib lub npog qhov ncauj tshiab.

Qhov ua li no yuav pab tau lub tsev kuaj kom huv thiab tsis muaj kab mob du lug.

Cov neeg ua haujlwm mam li nug seb koj puas xav tau ib tug neeg txhais lus thiab seb koj puas muaj ib lub xov tooj ntawm tes (smartphone).

Ces lawv mam li muab cov khoom kuaj rau koj thiab coj koj mus rau ntawm ib lub rooj.

Koj yuav tsum tau siv koj lub xov tooj ntawm tes (smartphone) los mus thaj tus duab QR code nyob ntawm rooj.

Thaum thaj tag lawm, yuav coj koj mus rau lub vas sab uas koj sau tau koj li ntaub ntawv.

Yog tias koj muaj lus nug, muaj cov neeg ua haujlwm pab tau koj.

Tom qab koj sau koj li ntaub ntawv tag, lub vas sab yuav cob qhia koj txhua kauj ruam kev kuaj qaub ncaug.

Yuav tsum tau koj li qaub ncaug kom ntau dhaw txoj kab ntawm tus pas.

YUAV MUAJ DABTSI TSHWM SIM THAUM MUS TOM CHAW KUAJ QAUB NCAUG KAB MOB
COVID-19

Yuav tsum tsis txhob yog cov qaub ncaug ua npuas.

Yog koj muab tus pas yas ib nyuag tshoo lub rooj ces cov qaub ncaug npuas yuav yaj mus, ua rau koj pom seb tshuav npaum cas mam li puv.

Thaum tus pas yas puv lawm, koj mam muab lub tais cug hle thiab muab lub hau ntswj rau uas muaj tshuaj xiav nyob rau hauv.

Kav tsij ntswj lub hau kom cov tshuaj xiav mus xyaw koj cov qaub ncaug thiab dhos nkaus ces mam li muab co kom sib xyaw.

Suav txog 5 thaum koj muab tus pas yas co co.

Thaum kawg, muab koj mus tso rau lub rooj ua tiav thiab muab cov uas ntim khoom kuaj pov tseg.

Mam li sau ib tshab ntawv email tuaj qhia koj seb koj kuaj tau li cas li ntawm 48 xaub moos.

Lossis yog koj tsis muaj ib tug email, lawv mam li hu tus xov tooj koj sau tseg rau peb.

Yog tias koj muaj lus nug txog kev koj koj cov qaub ncaug mus kuaj, nug cov neeg ua haujlwm ntawm chaw kuaj qaub ncaug.

Ua tsaug koj tuaj kuaj mob thiab pab ua kom peb zej peb zog nyob nyab xeeb!

Minnesota Department of Health
Communications Office
PO Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
651-201-4989
health.communications@state.mn.us
www.health.state.mn.us

11/9/20 (Hmong)

Yog xav tau cov ntaub ntawv no ua lwm hom, hu rau: 651-201-4989