

STAY SAFE MN

တၢ်လၢနကဘၣ်မၤအိၣ်ဖဲနအိၣ်ခိးဝဲဒၣ်တၢ်မၤကွၢ် COVID-19 တၢ်ဆါအစၢအခါ



ဖဲနမၤကွၢ်သးဝံၤအလီၤခံ



- အိၣ်လၢဟံၣ်ခိးအိၣ်ယံၤဒီးပုၤအကၤဖဲ-
 - နအိၣ်ခိးတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်အခါတက့ၢ်.
 - ပုၤတကၤလၢနဟံၣ်ပူၤဘၣ် COVID-19
 - နအိၣ်ဘူးဘၣ်ကွၢ်ကိးဒီးပုၤတကၤလၢအိၣ်ခိး COVID-19 အယီၤလီၤ.
- နမ့ၢ်တအိၣ်ခိးတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ် ဒီးတအိၣ်ဘူးလိာ်ဘၣ်သးဒီး ပုၤတကၤလၢအိၣ်ခိး COVID-19 န့ၣ်, နတလိာ်အိၣ်လၢ ဟံၣ်ဖဲနအိၣ်ခိးတၢ်သမံသမိးကွၢ်တၢ်အစၢအခါဘၣ်လီၤ. ဖျီၣ်နီၣ် ကကွၢ်ဘၢမံၤဒီးအိၣ်ယံၤလိာ်သးဒီးပုၤလၢတအိၣ်ဆိးတပူၤယီၤ ဒီးနၤဖိ ခိၣ်ယီၤတက့ၢ်. နမ့ၢ်စးထီၣ်တူၢ်ဘၣ်တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်တ မံၤမံၤန့ၣ်, အိၣ်လၢဟံၣ်ခိးအိၣ်ယံၤလိာ်သးဒီးပုၤအကၤတက့ၢ်.
- စးထီၣ်ကတၢ်ကတီၢ်တၢ်လၢ နကဘၣ်မၤတဖၣ် အတၢ်ရဲၣ်တၢ် ကွၢ်ဖဲတၢ်မၤကွၢ် အစၢမ့ၢ်ဖျါလၢနဘၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆါမ့ၢ်လၢ နကဘၣ် အိၣ်လၢဟံၣ်အစၢကတၢ် ၁၀ သီအယီၤန့ၣ်လီၤ.
- ကွၢ်နီၣ်လီၤပုၤလၢနအိၣ်ဘူးဘၣ်ဖဲတယံၤတမီၢ်အမံၤစရိတက့ၢ်. တဲဘၣ်အဝဲသ့ၣ်လၢဘၣ်သ့ၣ်နဘၣ်ဝဲဒၣ် COVID-19 တၢ်ဆါအယီၤအဝဲသ့ၣ်ကြးအိၣ်ယံၤကွၢ်ဒီးပုၤအကၤတဖၣ်တူၢ် လီၤလၢအနၢ်ဟူနတၢ်မၤကွၢ်အစၢတစုန့ၣ်လီၤ.
- နမ့ၢ်ဘၣ်တၢ်သမံသမိးနၤဖိလၢနအိၣ်ဘူးဘၣ်လိာ်သးဒီးပုၤလၢ အိၣ်ခိး COVID-19 ဒီးနတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်မ့ၢ်တအိၣ်န့ၣ်, န လိာ်ဘၣ်လၢကဘၣ်အိၣ်လၢဟံၣ် ၁၄ သီဖဲတၢ်မၤကွၢ်အစၢမ့ၢ်တ အိၣ်ခိးတၢ်ဆါဒၣ်လိာ် မ့ၢ်လၢတၢ်မၤအသးသ့ၣ်လၢနကအိၣ်တ ဆူၣ်ဘၣ်သ့ၣ်အယီၤန့ၣ်လီၤ.
- နမ့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤကွၢ်နၤလၢတၢ်ကမၤဖဲဒၣ်ကသံၣ်ကသီတၢ်ကူၤအ တၢ်မၤကွၢ်ကွဲၤဖဲခါလၢကဟဲအံၤအဂီၢ်ဒီးနမ့ၢ်တအိၣ်ခိးတၢ်ဆါအပ နီၣ်တဖၣ်, တလိာ်နအိၣ်လၢဟံၣ်ဖဲနအိၣ်ခိးဝဲဒၣ်တၢ် မၤကွၢ်အစၢအခါဘၣ်.



- တၢ်ဆါကတီၢ်ကယံၤဝဲဒၣ်တဘျုးသီလၢနကဒီးန့ၢ်ဘၣ်ကွၢ်တၢ် မၤကွၢ်အစၢန့ၣ်လီၤ. နကဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်မၤကွၢ်အစၢခီဖျိ အံၤမုၢ်(လ), text (တၢ်ကွၢ်ဆူတၢ်ဂ့ၢ်) မ့ၢ်တမ့ၢ် တၢ်ကိးဝဲနၤလၢ လိာ်တစီန့ၣ်လီၤ.
- သမံထံကွၢ်ကယံၤနတၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်တက့ၢ်. တၢ်ဆါ မ့ၢ်နးထီၣ်န့ၣ်, ဆဲးကျိးဘၣ်ပုၤရဲၣ်ကွၢ်မၤစၢဆူၣ်လၢတၢ်ကွၢ်ထွဲတ က့ၢ်. တဲဘၣ်အဝဲသ့ၣ်လၢနဘၣ်တၢ်မၤကွၢ် COVID-19 တၢ်ဆါဝံၤ လံအဂီၢ်တက့ၢ်.



နတၢ်မၤကွၢ်အစၢမ့ၢ်ဖျါလၢနဘၣ်တၢ်ဆါ

- တၢ်အံၤအခိပညီမ့ၢ်ဝဲနဘၣ်ဝဲဒၣ် COVID-19 တၢ်ဆါဖဲအကတီၢ် အံၤန့ၣ်လီၤ.
- အိၣ်လၢဟံၣ်တက့ၢ်. ကမ့ၢ်ဆူၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိကကိးနၤလိာ်တစီ န့ၣ်လီၤ. မ့ၢ်တၢ်ဆါဒိၣ်လၢနကဘၣ်ဝဲဒၣ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ် ကိးန့ၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်ကသံကွၢ်နဘၣ်ယးတၢ်သဘၣ်ကိးဒီး COVID-19 တၢ်ဆါလၢ အကဲထီၣ်သးသ့ၣ်အဂ့ၢ်, ဒ်အမ့ၢ်နဘၣ် သကိးဒီးပုၤအကၤလိာ်လိာ်ယုာ်ဒီးတၢ်လိာ်တၢ်ကွၢ်လၢနလဲၤဟးဝဲ အလီၤန့ၣ်လီၤ.
- အဝဲသ့ၣ်ကဒုးသ့ၣ်ညါအါထီၣ်နတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကွၢ်ဘၣ်ယးဒီးတၢ် လၢနကဘၣ်မၤအိၣ်ခိးနကဘၣ်အိၣ်လၢဟံၣ်ဆဲးယံၤလိာ်အဂ့ၢ် န့ၣ်လီၤ.



နတၢ်မၤကွၢ်အစၢမ့ၢ်ဖျါလၢနဘၣ်တၢ်ဆါ

- တၢ်အံၤအခိပညီမ့ၢ်ဝဲနဘၣ်ဝဲဒၣ် COVID-19 တၢ်ဆါဖဲအက တီၢ်အံၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ဒ်လဲၣ်ဂ့ၢ်, နကဘၣ်သကိးဒီးတၢ်ဆါ မ့ၢ်တမ့ၢ် နဆူးဆါထီၣ်တဘျီလၢလံာ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ. နကဘၣ်ဆဲးမၤ တၢ်ဒီသအပတီၢ်တဖၣ်လၢအမံၤဝဲတၢ်ဒီသအလီၤကွၢ်နနီၣ်ကတီၢ်ဒီး တၢ်ဒီသအပတီၢ်တဖၣ်လၢ COVID-19 တၢ်ဆါန့ၣ်လီၤ.
- န COVID-19 တၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်မ့ၢ်ဖျါအါထီၣ်ဝဲန့ၣ်, တဲသ ကိးဒီးနကသံၣ်သရၣ် မ့ၢ်တမ့ၢ် ပုၤရဲၣ်ကွၢ်မၤစၢဆူၣ်လၢတၢ်ကွၢ် ထွဲအကတဖၣ်ဘၣ်ယးတၢ်မၤကွၢ်သးအသီတဘျီအဂီၢ်တက့ၢ်.



သ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကွၢ်

[မံၣ်နံၣ်စီထၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ခိးဝဲဒၣ်တၢ်မၤကွၢ် \(Minnesota Department of Health\)အ COVID-19 ဖျါယံၤသန](https://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/)

<https://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/>

Minnesota Helpline 651-297-1304 မ့ၢ်တမ့ၢ် 1-800-657-3504

(မ့ၢ်တနံၣ်တုၤမ့ၢ်ယံၤနံၣ်- ဂီၤခိ 9 နံၣ်ရဲၣ်တုၤဟါခိ 4 နံၣ်ရဲၣ်).

m MINNESOTA

Minnesota Department of Health | health.mn.gov

651-201-5000

ဆဲးကျိးဝဲ health.communications@state.mn.us

လၢတၢ်ယုာ်ထီၣ်လိာ်အကွၢ်အဂီၢ်အကတဖၣ်အဂီၢ်.

11/17/2020 (Karen)