



# کورونا وپروس COVID-19

## خوندي وسئ- د يو بل حفاظت وکړئ-

ادامه ورکړئ ترڅو:



### واتن

خپل ځان له نورو خلکو څخه  
لږترلږه ۲ متره (۶ فټه) لرې  
وساتئ، په خصوصي توګه له  
هغه خلکو څخه څوک چې بنایي  
ناروغه وي



### پوښښ کړئ

خپله خوله او پوزه په کاغذي  
دستمال یا نستوني سره پوښښ  
کړئ کله چې ټوڅپړئ یا برنجپړئ  
او استعمال شوی کاغذي دستمال  
خوندي ځای کې وغورځوئ



### ومینځئ

خپل لاسونه په ښه ډول  
او اکثر و مینځئ ترڅو د  
ککرتیا مخنیوی وشي

## د COVID-19 په علايمو کې شامل دي

- < د حرارت لوړه درجه
  - < ټوخی
  - < په سا اخیستلو کې مشکل
  - < د بویولو او خوند حس ناڅاپي له لاسه ورکول
  - < زکام ته ورته علايم
- که چېرې تاسې په علايمو کې کومه یوه ولرئ، ځان انزوا  
کړئ ترڅو نور خلک وژغورئ او د COVID-19 د  
ازمويښي لپاره د خپل عمومي معالج سره تماس ټینګ کړئ-



### وپیژنئ

علايم وپېژنئ- که چېرې  
تاسې دغه ولرئ، ځان انزوا  
کړئ او ژر تر ژره د خپل  
عمومي معالج (GP) سره  
تماس ټینګ کړئ



### ډډه وکړئ

له ګڼې ګونې او هغه ځایونو  
چې ګڼه وي ډډه وکړئ

#holdfirm

د نورو مالوماتو لپاره

[www.gov.ie/health-covid-19](http://www.gov.ie/health-covid-19)

[www.hse.ie](http://www.hse.ie)