Birmingham
City Council
دبرمنګهم ښاری شورا

دښاریانوله پاره معلوماتی پاڼه (فکتشیټ)
دمخ ماسکونه اودلاس سنیتایزر(میکروب ضدمایع).

دامعلوماتی پاڼه دمخ ماسکونواودلاس سنیتایزرپه اړه دی کوم چی دبرمنګهم ښارشورا له خواسیمه ایزه خوراکی بانکونوته دکووید-۱۹پرضد دمبارزی دیوبرخی په توګه وکړل شوی دی. همدارنګه ددی توکوداکمالاتولګښت د (سالم ښارونوله پاره مشارکت) له خوا برابرشوی دی.

دمخ ماسکونه

دمخ ماسکونه دکووید -۱۹دخپریدوڅخه مخنیوی کوی ځکه چي ماسک پوزه اوخوله چه **دوایرس لرونکی** افرازات اوڅاڅکوتصدیق شوی اصلی سرچینه ده، پوښوی.

دمخ ماسک باید:

- ستاسی پوزه اوخوله وپوښوی اوهوساساه ایستلوته لاره پریږدی
- په آرامی سره پرمخ نږدی وتړل شی
- په تارونویا کشک دغوږشاته کلک وتړل شی
- دداسې موادوڅخه جوړشوی وی چې تاسوله پاره هوسا اودساه ایستل له پاره مناسب وی، لکه کتان
- لږترلږه دوه قات توټی نه جوړشوی وی
- که چیری دیوځل مصرف له پاره نه وی، باید دنوروکپړوسره دمینځلووړاوپرته له زیانمند کیدودوچ کیدووړوی

دمخ ماسک سم کارول له پاره تاسی باید:

- دماسک داغوستلومخکی اوبیالری کولووروسته لاسونه په اوبواوصابون تر۲۰ ثانیو ومینځی، یا سنیتایزروکاروی
- ماسک په غاړه اوخپل تندی دپاسه وانه چوی
- دماسک پرهغه برخوباندی چه ستاسی خوله اوپوزه پوښوی لاس مه وهی
- ماسک بدل کړی که چیری مرطوب شوی وی یا لاس موپری وهلی وی

دنوروموالوماتوله پاره لاندی لینک ته کتنه وکړی:
https://www.gov.uk/government/publications/face-coverings-when-towear-one-and-how-to-makeyour-own

که تاسو نشئ کولی د عمر، روغتیا یی ستونځه یا معلولیت له امله دمخ ماسک وکاروی، نوتاسوکولی شئ دپورتنی لینک څخه دمعافیت وړیا بج ډاونلوډکړئ

دلاس سنیتایزر(دمیکروب ضد مایع)

دلاسونومینځل دکووید-۱۹خپریدومخنیوي لپاره ترټولومهمه لارده. دلاس مینځل، چټلی، وایرسونه او بکتریا لری کوی اونوروخلکواوځیزونوته دخپریدومخه یی نیسی.

تاسوباید په اوبواوصابون خپل لاسونه په منظم ډول تر۲۰ثانیوومینځی

ی اپلغوره ښ وونولنومینځسد لد خپلت ک‌ی‌ه کتنه وکړئ
https://www.nhs.uk/live-well/healthy-body/best-way-towash-your-hands/ .

کله چیری صابون اواوبه موجود نه وی، نوباید دلاس سنیتایزرڅخه چه ۶۰ سلنه (یا ډیر) الکول ولری، کاروا‌خلی.
کله چي دلاس سنیتایزرکاروئ ، نودیولاس په مخ کی یی واچوئ او بیا په خپلو ټولولاسونویی وموښي ترهغه چه وچ شی.

اعلامیه:

د برمینګهم ښارشورا دمخ ماسکونواودلاس سنیتایزرکارول په اړه چه د شورا له خوا چمتو شوي دی،هیڅ ډول مسؤلیت په غاړه نه اخلی.

په لاندی ټولنیزی رسنیوکی موږتعقیب کړی:

twitter.com/healthybrum .
facebook.com/healthybrum .
instagram.com/bcchealthybrum .
youtube.com/channel/UC3RlwgKB6ehKvOCb7QbSf1Q

Birmingham City Council