

په مکروب باندي د ککړو شيدو ورکونکو غواگانو سره د کار کولو پر مهال له خپل ځان څخه د الوتونکو د والگي پر وړاندي ساتنه وکړئ

د الوتونکو والگي کيدای شي له حيواناتو څخه انسانانو ته خپور شي
او تاسو ناروغ کړي.

- کيدای شي دا ويروس په خامو شيدو، د حيواناتو په متيازو يا سطحو کې وي.
- کيدای شي د دوړو، رطوبت يا څاڅکو له لارې په هوا کې خپور شي.
- کيدای شي سترگو، پوزې، خولې او سپرو ته دننه شي.
- همداراز که چېرې تاسو ککړې سطحې لمس کړئ او بيا خپل مخ لمس کړئ نو کيدای شي خپور شي.

له خپلو سترگو، پوزې او خولې څخه ساتنه وکړئ.

کله چې تاسو لوړ خطر لرونکې دندې ترسره کوئ، نو د شخصي خونديتوب وسايل (PPE) واغونډئ.

- د غواگانو لوشل، په خامو شيدو کې لاس وهل يا د شيدو د لوشلو د سالون پاکول.
- ناروغو غواگانو ته پاملرنه ترسره کول يا د هغوی د اضافي خوراکي توکو پاکول.
- د مړو غواگانو اړوند کار ترسره کول يا د هغوی د اضافي خوراکي توکو پاکول.

په هوا کې له ويروس څخه
د خپل ځان د ساتلو لپاره
له **N95 يا بل کوم بڼه**
ماسک څخه کار واخلي.



څاڅکو پر وړاندي د ساتنې لپاره له
عينکو (په غير مستقيم ډول د تهوبې
سيستم لرونکو عينکو) يا **د مخ د سپر**
يا پوښوونکي څخه کار واخلي. عينکې
د مخ د سپر يا پوښوونکي په پرته
خورا اغيزناک دي. د مخ پوښوونکي
کولای شي ماسکونه وچ وساتي.



د کار کولو پر مهال غالباً خپل
لاسونه **ووينځئ** يا يې **پاک کړئ**.
کور ته له تگ وړاندي، لاسونه او
مخ ووينځئ.



دستکش واغونډئ او خپل مخ
مه لمس کوئ.



د شخصي خونديتوب ټول وسايل (PPE) بايد ستاسو د گومارونکي لخوا په وړيا ډول چمتو شي.

که چېرې تاسو د والگي په څير نښې نښانې لرئ لکه، د سترگو سوروالی يا ترشح، د خپلې عامې روغتيا له سيمه ييزې
څانگې سره اړيکه ونيسئ.

د لا زياتو معلوماتو لپاره:

د CDPH د الوتونکو د والگي ويب پاڼه: go.cdph.ca.gov/birdflu
پوښتنې: د خطر د ارزونې سيستم او معلوماتي خدمت (HESIS)
د کار ځای د خطر مرستندويه کرښه: (866) 5516-282

