Handout «Tigrin»: ንምክልኻል ሕማም ዝምልከቱ ስጉምትታት ወይ ሕጋጋት ገና ክሕለዉ አለዎም

መንግስቲ ስዊዘርላንድ ንነብስናን ንኻልኦትን ክንከላኸል ይጽውዓና አሎ:: ሕጋጋት ጽርየትን አገባብን ክሕለዉ አዝዩ ኣገዳሲ እዩ:-

– ብዝተኻእለ መጠን አብዚ ሕጂ እዋን ካብ ገዛ ኣ ብፍላይ ሕማም ብቐሊሉ ከጥቅዖም ዝኽእሉ ሰባት ካብ ገዛ አይውጽኡ::.
– በዞም ዝስዕቡ ምኽንያታት እንተዘይኮይኑ ካብ ገዛ ኣይትውጽኡ:-
– አስቤዛ ክትገብሩ
– ናብ ሓኪም ወይ ቤተመድሃኒት ክትከዱ
– ሓገዝ ዘድልዮ ሰብ ንኽትሕግዙ
– አብ ገዛ ክትሰርሑ ስለ ዘይትኽእሉ ንስራሕ ክትከዱ ግድን እንተኾይኑ
– ዕድሜኹም ልዕሊ 65 ዓመት ኮይኑ ሕዱር ሕማም ምስዝህልወኩም: ዋላ በዚኦም ዝተጠቐሱ ምኽንያታት ካብ ገዛ ንኸይትወጹ ንላበወኩም:: ናብ ሓኪም ክትከዱ እንተኼንኩም ጥራይ ውጹ::

▶ መንግስትን ዘባን አብ ህዝባዊ ቦታታት (መዘወሪ ቦታታት: ፒክኒክ መግበርን መጥበስን ቦታታት: ፓርክታት: ወዘተ) ካብ 5 ሰብ ንላዕሊ ምእካብ ክሳብ ሕጂ ከልኪሎም እዮም ዘለዉ:: ኩልጊዜ ካብ ካልኦት ሰባት ናይ ክልተ ሜትሮ ርሕቀት ክሕሎ ግድን እዩ:: ነዚ ሕጊ ዝጥሕስ ሰብ ክቕጻዕ ይኽእል:: አብ ህዝባዊ መጓዓዝያታት ንሓድሕድካ እኹል ርሕቀት ክትሕሉ ከቢድ እዩ:: መሰረታዊ አገልግሎት ናይ ህዝባዊ መጓዓዝያ ዋላኳ አገልግሎቱ ክቕጽል እንተኾነ: ብዝተኻእለ መጠን ንስራሕ ንኽትከዱ ካልእ ተኽእሎታት ተጠቀሙ (ብእግርኹም:
ብብሽክለታ: ናይ ኤለክትሪክ ብሽክለታ)::

▶ ኣእዳውኩም ቀጻሊ ብሳምና ብጉቡእ ተሓጸቡ::
▶ ኣብ መንዲል (ሶፍት) ወይ ኣብ ምናት ኢድኩም ሰዓሉ ወይ ሃንጥሱ::
▶ ብኢድ ሰላም ምብህሃል: ምትሕቑቛፍን ናይ ሰላምታ ምስዕዓምን ኣወግዱ:: ከምኡውን ኣፍንጫና: ኣፍናን አዒንትናን ቢኢድና ምትንካፍ ምስነወግድ ነብስና ብቫይረስ ካብ ምልካፍ ክንከላኸል ንኽእል::
▶ ናብ እንዳ ዓበይቲ: ሆስፒታላትን መእለዩ ዓበይትን ምብጻሕ ገና ክልኩል እዩ ዘሎ::
▶ ኣቐዲምኩም ብተሌፎን ምስሓበርኩም ጥራይ ናብ ሓኪምን ቀዳማይ ረድኤትን ኪዱ:: ናይ ጥዕና ጸገም ምስ ዘጓንፈኩም:
ስምዒት ወይ ምልክት ናይ ሕማም ምስዝህልወኩም ሓገዝ ሕተቱ::
▶ አብ ህዝባዊ ቦታታት ኣፍካ ብማስክ ሸፍን ዝብል ሓፈሻዊ ግዴታ የለን::

Gelesen und verstanden:
Datum: