



ข้อควรปฏิบัติ ถ้าจำเป็นต้องเดินทางไปทำงาน (ฉบับแปล 5 ภาษา)

In situation of pandemic of COVID-19, What you do if you go to work?

កង្វះការគ្រប់គ្រងប្រយ័ត្នអ្នកខ្លះប្រសិនបើអ្នក ត្រូវទៅធ្វើការរាល់ថ្ងៃ
ក្នុងស្ថានភាពរីករាលដាលនៃការឆ្លងជំងឺកូវីដ-១៩នេះ

អ្នកត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នអ្នកខ្លះប្រសិនបើអ្នក ត្រូវទៅធ្វើការរាល់ថ្ងៃ

ក្នុងស្ថានភាពរីករាលដាលនៃការឆ្លងជំងឺកូវីដ-១៩នេះ

អ្នកត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នអ្នកខ្លះប្រសិនបើអ្នក ត្រូវទៅធ្វើការរាល់ថ្ងៃ

អ្នកត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នអ្នកខ្លះប្រសិនបើអ្នក ត្រូវទៅធ្វើការរាល់ថ្ងៃ

ข้อควรปฏิบัติ ถ้าจำเป็นต้องเดินทางไปทำงาน



เมื่อกลับถึงบ้าน
ให้อาบน้ำและสระผมทันที



เมื่อกลับถึงบ้าน
ซักหน้ากากผ้าทันที

ต้องรักษาระยะห่างทางกายภาพ
2 เมตร



สวมหน้ากากอนามัย
เมื่อออกไปบ้านและอยู่ในสถานที่
ผู้คนแออัด

ล้างมือบ่อยๆ
ด้วยสบู่และน้ำหรือเจลล้างมือ



กินอาหารแยกจากผู้อื่น



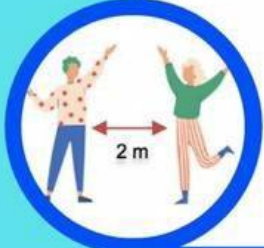
ကမ္ဘာအနှံ့ဖြစ်ပွားနေသော COVID-19 ကပ်ရောဂါအခြေအနေတွင် အလုပ်သို့သွားရပါက မည်သို့လုပ်ဆောင်သင့်သနည်း။



အိမ်ပြန်ရောက်သည်နှင့်ချက်ချင်း ရေချိုး၊ ခေါင်းလျှော်ပါ။



အိမ်ပြန်ရောက်သည်နှင့် အဝတ်ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း (mask) ကိုချက်ချင်းလျှော်ပါ။



တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အနည်းဆုံး ၁-၂ မီတာ (၃-၆ပေ) အကွာတွင်နေပါ။



လူထုထပ်သည့်နေရာများသို့သွားပါက (သို့) လုပ်ငန်းခွင်အစည်းအဝေးများတွင် နှာခေါင်းစည်း (mask) ကို အမြဲအသုံးပြုပါ။

သင်၏လက်ကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေသုံးပြီး အမြဲဆေးပါ (သို့မဟုတ်) လက်သန့်စင် ဆေးရည်ဖြင့်ဆေးကြောပါ။



အခြားသူများနှင့်အတူတကွ မစားသောက်ပါနှင့်။



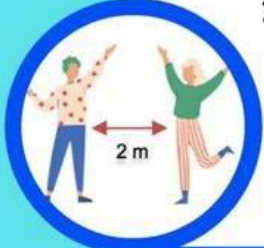
ក្នុងស្ថានភាពរីករាលដាលនៃការឆ្លងជំងឺកូវីដ-១៩នេះ តើអ្នកត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នអ្វីខ្លះប្រសិនបើអ្នក ត្រូវទៅធ្វើការរាល់ថ្ងៃ?



ងូតទឹកនិងកក់សក់ភ្លាមៗពេលអ្នក មកដល់ផ្ទះ



បោកសម្អាតម៉ាសក្រណាត់ភ្លាមៗ ឬបោះចោលម៉ាសប្រភេទប្រើបានតែ មួយដង



រក្សាគម្លាតពីគ្នាអោយបានយ៉ាង តិច១ទៅ២ម៉ែត្រ



សូមពាក់ម៉ាសជាប្រចាំរាល់ពេលដែលអ្នក ចេញទៅខាងក្រៅដែលមានមនុស្សអ្វីអេ ឬនៅក្នុងការងារប្រជុំ

លាងសម្អាតដៃជាប្រចាំជាមួយសាប៊ូ អាលកុល ឬដែលលាងដៃ



គួរញ៉ាំអាហារដាច់ដោយឡែកពី គ្នា





ໃນສະຖານະການ ການລະບາດຂອງເຊື້ອໄວຣັສໂຄວິດ-19, ທ່ານຈະປະຕິບັດແນວໃດ ຖ້າທ່ານໄດ້ໄປເຮັດວຽກທຸກມື້

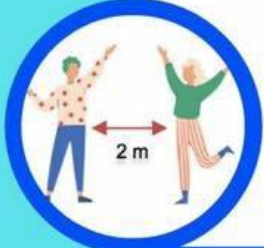


ເມື່ອກັບຮອດບ້ານ ໃຫ້ອາບນໍ້າ
ແລະ ສະຜົມ ທັນທີ



ເມື່ອກັບຮອດບ້ານ
ໃຫ້ຊັກໜ້າກາກຜ້າທັນທີ

ຕ້ອງຮັກສາໄລຍະຫ່າງຈາກຄົນອື່ນ
2 ແມັດ



ໃສ່ໜ້າກາກອະນາໄມ
ເວລາອອກໄປຂ້າງນອກ ຫລື
ໄປບ່ອນທີ່ມີຄົນແອອັດ

ໜັ່ນລ້າງມື ດ້ວຍສະບູ ແລະ ນໍ້າ
ຫລື ເຈວລ້າງມື



ກິນອາຫານແຍກຈາກຄົນອື່ນ



IN SITUATION OF PANDEMIC OF COVID-19, WHAT YOU DO IF YOU GO TO WORK?



Take a shower and wash your hair immediately when reaching home



Wash a facemask immediately when reaching home

Maintain a personal distance 1 to 2 meters



Wear a facemask when going out to crowded community or in the working meeting

Regularly wash your hands with soap and water, or use hand sanitizer



Eat separated from others

