

تسرد .دینزب کسام

.دینزب کسام

Dari

تسرا هیال دنچ بذاج داوم ریاس ای هدش هتفاب مکحم هچراپ کی تروص کسام
یاهراون ،شوگ قفلح ،دنب اب و دناشوپ یم یبوخ هب ار دارفا ینیب و ناهد مک
یرگی ید یاه منیزگ .دوش یم مکحم رگی رتووم یاه شور ریاس ای کی تسال
ای کسام رتلیف ،ینیب میس دننام) دراد دوجو کسام نتشاد مگن رت هب یارب
ار ی کسام دنک یم کمک امش هب مک دراد دوجو لنعلاز رط دنچ اچنیا رد .(سیرب
تسرا زاجم روشک رسارس ششوپ روتسد طسوت مک دینک باختنا

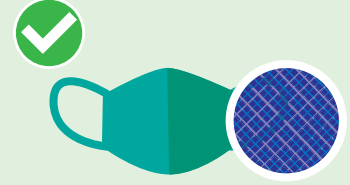
زاجم



تروص یور یبوخ هب مک یاه کسام
فارطا رد مکحم) دنریگ یم رارق
رد دایز هلصاف نودب هچا و ینیب
(تروص نیفرط)



هیال هس ای ود یاه کسام
مدافتسا لبود کسام زا دیناوت یم نینچمه
یور رب یا هچراپ کسام کی زا) دینک
(دینک مدافتسا یبط کسام



مکحم هچراپ زا هدش هتخاس یاه کسام
هچراپ ،لائم ناووع هب) هدش هتفاب
عبنم زا رون دنهد یم مزاج مک یاه
(دوش دراو هچراپ تشپ هب دوج



یبط ریغ فرصم رابکی یاه کسام
تسرا هدش عمج ی تسرد هب و مدروخ مرگ
دشاب بسانم ات



سفننت هچراپ زا هدش هتخاس یاه کسام
(هینپ دننام) ریذپ



یلخاد رتلیف اب یاه کسام



یم هیصوت هیال دنچ هچرگا) هیال کی یاه کسام
(.دشاب هیال ود دیاب امرتگ .دوش



شکور زا ناوت یمن مک ینامز ردان طیارش رد
و نازومآ شناد ،درک مدافتسا تروص یور یا هچراپ
تروص فافش ششوپ کی زا دنناوت یم نانکراک
هب شکور ای هچراپ کی اب تروص ظفاحم کی ای
هچراپ تروص ششوپ یارب ینیزگیاج ناووع
ظفاحم ،مدافتسا تروص رد .دننک مدافتسا یا
اه شوگ ات ،دبای دادنمنا هچا ریز رد دیاب تروص
دشاب هتشدن یناشیپ رد یفاکش و دچیپب

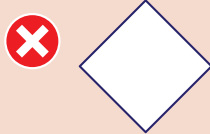
زاجم ریغ



مک یاه کسام
دننسن بسانم
یاه فاکش یاراد)
دح زا شیب ،گرزب
(مکحم یلیخ ای لش



هچیرد اب یاه کسام
ذفانم ای مدزاب یاه



زا مک یاه کسام
دنا هدش هتخاس یاه
اهنآ رد سفننت مک
دننام) تسرا تخس
(مچرچ ای کی تسالپ



هچراپ زا هدش هتخاس یاه کسام
ینتفاب ای هدش هتفاب یاه
یا هچراپ ،شم ،لائم ناووع هب)
ای ،هدهشم لباق یاه خاروس اب
دنک یم درارون مک یا هچراپ



ندی شوپ
کسام/یروسور
ناووع هب ی کسام
کسام

www.snohd.org/covid

مک دینک هچراچم ،رتشیب تامولعم یارب

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/about-face-coverings.html>