

COVID-19 အချက်အလက်များ

- သင်နှင့် သင့်မိသားစုအတွက် အချက်အလက်များ
- ဖျားနေသူများအတွက် အချက်အလက်များ
- လုပ်ငန်းများနှင့် စက်ရုံများအတွက် အချက်အလက်များ
- ခရီးသွားများနှင့် လေယာဉ်များအတွက် အချက်အလက်များ
- အိမ်တွင်နေရန် အမိန့်ဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ
- လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရင်းမြစ်များ- အကူအညီ ရယူရန် နည်းလမ်း
- COVID-19 အန္တရာယ် အခြေပြု လမ်းညွှန်ချက်များ**

အခမဲ့ အများပြည်သူ COVID-19 စစ်ဆေးမှုကို ယခု ဆောင်ရွက်နိုင်ပါပြီ

COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများကို ခံစားနေရပါသလား။ သင် သို့မဟုတ် ချစ်ရသူအတွက် အခမဲ့ စစ်ဆေးခြင်းတွင် ကြိုတင်စာရင်းသွင်းရန်အတွက် ဤအွန်လိုင်း အကဲဖြတ်မှုကို အသုံးပြုရန် အောက်ပါ ခလုတ်ကို နှိပ်ပါ။ ဒေသတွင်းရှိ Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး ဆေးရုံတွင် စရိတ်ပေးရန်မလိုဘဲ ကားထဲမှပင်စမ်းသပ်ခံနိုင်သော COVID-19 စစ်ဆေးမှုကို စီစဉ်လိုက်ပါ။

စာရင်းသွင်းမှု စတင်ရန် Take a Self-Assessment Button (ကိုယ်တိုင်အကဲဖြတ်မှု ရယူမည် ခလုတ်) ကို နှိပ်ပါ။

- စစ်ဆေးခြင်းအတွက် သတ်မှတ်ချက်မီမီကို သိနိုင်ရန် မေးခွန်းအချို့ကို ဖြေဆိုပေးပါ။ သတ်မှတ်ချက်မီမှုကို ရောဂါလက္ခဏာများနှင့် တစ်ဦးချင်း အန္တရာယ်ရှိမှု အကြောင်းရင်းများဖြင့် ဆုံးဖြတ်ပါသည်။
- သတ်မှတ်ချက်မီပါက ကားထဲမှပင်စမ်းသပ်ခံနိုင်သော နေရာတွင် စစ်ဆေးခြင်းအတွက် သင်စာရင်းသွင်းနိုင်ပါသည်။
- သင့်ရက်ချိန်းအတွက် အတည်ပြုချက် လက်ခံရရှိပါမည်။ COVID-19 အတွက် စမ်းသပ်မှုခံယူရန် သင့်ရက်ချိန်းအတိုင်း သွားရောက်ပေးပါ။ သင့်ရလဒ်များကို အွန်လိုင်းတွင် 3-4 ရက်အတွင်း သိရှိရပါမည်။

[ဒတ်ရှ်ဘုတ် ဒက်စတော့ ဗားရှင်း](#) နှင့် [ဒတ်ရှ်ဘုတ် မိုဘိုင်း ဗားရှင်း](#) ကို ဝင်ကြည့်ရန် ဤလင့်ခ်များကို ဖော်လိုလုပ်ပါ။

ဒတ်ရှ်ဘုတ်တွင် ဒေတာ ပြောင်းလဲမှုများကို ညနေ 5:45 - ည 6 နာရီ၌ နေ့စဉ် အပ်ဒိတ်လုပ်သွားပါမည်။

မေးခွန်းများနှင့်အတူ 3-1-1 (512-974-2000) ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် [ဤပုံစံကို ဖြည့်စွက်ပါ။](#)

Texas အတွက် ကူးစက်မှုဦးရေကို ကြည့်ရန် [Texas DSHS ကို ဝင်ကြည့်ပါ။](#)

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ 2019 (COVID-19) သည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၏ နေရာအနှံ့အပြားတွင် လူအချင်းချင်း ကူးစက်ပျံ့နှံ့နေသည့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း နာမကျန်းမှုတစ်မျိုး ဖြစ်သည်။ COVID-19 ကူးစက်မှု အန္တရာယ်သည် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ထမ်းများ သို့မဟုတ် အိမ်သူအိမ်သားများ ကဲ့သို့ COVID-19 ရှိသည်ဟု သိထားသူများနှင့် အနီးကပ်ထိတွေ့သူများအတွက် ပိုမြင့်မားပါသည်။ ကူးစက်မှု အန္တရာယ်မြင့်မားသည့် အခြားလူများမှာ COVID-19 လက်ရှိ ကူးစက်နေသော နေရာတွင် နေထိုင်သူ သို့မဟုတ် ယင်းနေရာတွင် လတ်တလော ရှိနေခဲ့သူများ ဖြစ်သည်။

ဗိုင်းရပ်စ်သည် ကူးစက်ခံရသူ ချောင်းဆိုး သို့မဟုတ် နှာချေချိန်တွင် ထွက်လာသည့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း အရည်စက်ကလေးများမှတစ်ဆင့် အချင်းချင်း အနီးကပ်ရှိသူများ (6 ပေခန့်အတွင်း) ကြားတွင် အဓိက ကူးစက်ပျံ့နှံ့ပါသည်။ လူတစ်ဦးက ဗိုင်းရပ်စ်ရှိနေသည့် မျက်နှာပြင် သို့မဟုတ် အရာဝတ္ထုတစ်ခုကို ထိကိုင်ပြီးနောက် ၎င်း၏ ပါးစပ်၊ နှာခေါင်း သို့မဟုတ် တစ်ခါတစ်လေ မျက်လုံးများကို ထိကိုင်ခြင်းဖြင့် COVID-19 ကူးစက်ခံရနိုင်သည်မှာ ဖြစ်နိုင်သော်လည်း ယင်းမှာ ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်ရသည့် အဓိက အကြောင်းရင်း ဖြစ်မည်ဟု မထင်ရပါ။

Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး တုံ့ပြန်မှု

Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးသည် Texas ပြည်နယ် ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများဌာန၊ ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအတွက် စင်တာများ (CDC) နှင့် ဒေသတွင်းအပြင် နယ်မြေအလိုက် အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးနှင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အေဂျင်စီများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုတွင် လျင်မြန်စွာ ပြောင်းလဲနေသော အခြေအနေကို အနီးကပ် စောင့်ကြည့်လျက်ရှိပါသည်။ APH သည် COVID-19 တုံ့ပြန်ဖြေရှင်းရေး လုပ်ဆောင်ချက်များကို ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ရန် အဆင့်ငါးဆင့် အစီအစဉ်ကို ဖန်တီးထားသည်။

- အဆင့် 1- စောင့်ကြည့်ခံနေရသူများ
- အဆင့် 2- စုံစမ်းစစ်ဆေးခံနေရသူများ (စစ်ဆေးဆဲ)
- အဆင့် 3- အတည်ပြု ပိုးတွေ့သူ(များ) (လူအချင်းချင်း ကူးစက်မှုမဟုတ်ပါ)
- အဆင့် 4- ကန့်သတ်ထားသော လူအချင်းချင်း ကူးစက်မှု (အနီးကပ်/အိမ်ထောင်စုတွင်း ထိတွေ့မှုများ)
- အဆင့် 5- လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း အတည်ပြုထားသည့် လူအချင်းချင်း ကူးစက်မှု

လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတွင်း ကူးစက်မှုသည် မည်ကဲ့သို့ သို့မဟုတ် မည်သည့်နေရာမှ ကူးစက်လာသည်ကို မသိရသူများ အပါအဝင် နယ်မြေတွင်း ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်ခံထားရသူများကို ဆိုလိုပါသည်။

APH သည် တိုးမြှင့်ထားသော တုံ့ပြန်ဖြေရှင်းရေး ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှုအတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဌာနလုပ်ဆောင်မှု စင်တာများကို ဖွင့်လှစ်ထားပြီး၊ နိုင်ငံခြားခရီးမှ Austin/Travis ကောင်တီသို့ ပြန်လာနေသော ဒေသခံများအတွက် ရောဂါလက္ခဏာ စောင့်ကြည့်ရေးကို စီစဉ်ပေးထားသည့်အပြင် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကျွမ်းကျင်သူများ၊ လုပ်ငန်းများ၊ ကျောင်းများနှင့် ပြည်သူလူထုအားလုံးအတွက် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး မှာကြားချက်များ ပံ့ပိုးပေးထားပါသည်။ ထို့အပြင် Austin-Travis ကောင်တီ အရေးပေါ် လုပ်ဆောင်မှုများစင်တာ (ATCEOC) ကိုလည်း ဖွင့်လှစ်ထားပါသည်။

အစုအဝေးများ

Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးသည် တည်နေရာတစ်ခုတည်းတွင် COVID-19 ကူးစက်မှု သုံးဦး သို့မဟုတ် သုံးဦးအထက်ရှိလျှင် အစုအဝေးတစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်ပါသည်။ ဧပြီလ 26 ရက်အရ၊ Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးသည် Austin-Travis ကောင်တီရှိ ကာလရှည် စောင့်ရှောက်မှု အဆောက်အအုံများတွင် အစုအဝေး 12 ခုကို လက်ရှိ စုံစမ်းစစ်ဆေးလျက်ရှိပါသည်။ ဖော်ပြပါ အစုအဝေး တည်နေရာများကို IH-35 နှင့် Colorado မြစ်တို့ဖြင့် လေးပိုင်း ပိုင်းခြားထားပါသည်။ နံပါတ်များကို အပတ်စဉ် အပ်ဒိတ်လုပ်သွားပါမည်။

- အနောက်မြောက်- အစုအဝေး 5 ခု
- အရှေ့မြောက်- အစုအဝေး 0 ခု
- အနောက်တောင်- အစုအဝေး 6 ခု
- အရှေ့တောင်- အစုအဝေး 1 ခု

ကျွမ်းကျင်သူ အကြံပေးအဖွဲ့

လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအနံ့အပြားမှ သမားတော် တစ်ဆယ့်နှစ်ဦးအထက်ဖြင့် ကျွမ်းကျင်သူ အကြံပေးအဖွဲ့ကို ဖွဲ့စည်းထားပြီးဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် ကူးစက်တတ်သော ရောဂါများ၊ ကလေးရောဂါများ၊ အရေးပေါ် ဆေးဝါးနှင့် ဆေးရုံတွင်း ဆေးဝါးများတွင် ကျွမ်းကျင်သူများအပြင် အဆင့်မြင့် ပညာရေးနှင့် အစိုးရကျောင်းများမှ သမားတော်များ ပါဝင်ပါသည်။ ယင်းအဖွဲ့က လူအများ စုဝေးခြင်းများ လျော့ပါးစေရေးနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး မဟာဗျူဟာများနှင့် စပ်လျဉ်း၍ အကြံပြုချက်များနှင့် လမ်းညွှန်ချက်အတွက် ကြိုးပမ်းလုပ်ကိုင်နေပါသည်။

Austin မြို့ အအောက်အအုံ ပိတ်မှုများ/Texas ပြည်နယ် စွန့်လွှတ်ကြောင်းတရားဝင်စာများ
Austin မြို့ အဆောက်အအုံ အရေအတွက်များစွာ ပိတ်သွားပါပြီ (PDF)။ အခြား အဆောက်အအုံများ ပိတ်
သို့မဟုတ် ဖွင့်သည်နှင့် ဤစာရင်းကို ပြင်ဆင်သွားပါမည်။

Texas အုပ်ချုပ်ရေးမှူးသည် Texas ပြည်သူများကို ကူညီနေသည့် Texas ပြည်သူများကို ထုတ်ဝေခဲ့သည်-
ပွင့်လင်းသော Texas အတွက် အုပ်ချုပ်ရေးမှူး၏ အစီရင်ခံစာကို ထုတ်ပြန်ခဲ့ပြီး COVID-19
သက်ရောက်မှုများ လျော့ပါးစေရန် စွန့်လွှတ်ကြောင်းတရားဝင်စာများစွာကို ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။
အုပ်ချုပ်ရေးမှူးရုံးခန်းက ပြည်နယ် ရင်းမြစ်များ စာရင်းနှင့် လက်ရှိ ရှိနေသော
စွန့်လွှတ်ကြောင်းတရားဝင်စာများနှင့် စပ်လျဉ်းသော အချက်အလက်များကို ပံ့ပိုးပေးပါသည်။

ထိန်းချုပ်ရေးအမိန့်များနှင့် အရေးပေါ် စည်းကမ်းချက်များ

COVID-19 ကူးစက်မှုကို နှေးကွေးစေရန်နှင့် ထိခိုက်မှုကို လျှော့ချရန် ရည်ရွယ်၍ အထူးသီးသန့်
အရေးယူဆောင်ရွက်မှုများကို ပြဋ္ဌာန်းရင်း ထိန်းချုပ်ရေးအမိန့်များနှင့် အရေးပေါ် စည်းကမ်းချက်များစွာကို
စတင်ထားပါသည်။

လက်ရှိ အမိန့်များ

[ကာလရှည် စောင့်ရှောက်ရေး အဆောက်အအုံများ နှင့်/သို့မဟုတ် ဘိုးဘွားရိပ်သာများရှိ
ခုခံနိုင်မှုအားနည်းသော လူများအတွက် ပြင်ဆင်မွမ်းမံထားသည့် ထိန်းချုပ်ရေး စီမံချက်များဆိုင်ရာ အမိန့် -
ဧပြီလ 20 ရက်၊ 2020](#)

[အိမ်မှာနေပါ - ဘေးကင်းစွာ လုပ်ပါ အမိန့် \(Austin\) - ဧပြီလ 13 ရက်၊ 2020](#)

[အိမ်မှာနေပါ - ဘေးကင်းစွာ လုပ်ပါ အမိန့် \(Travis ကောင်တီ\) - ဧပြီလ 13 ရက်၊ 2020](#)

[လူအများ စုဝေးခြင်းများနှင့် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်အတွက် ထိန်းချုပ်ရေး အမိန့် \(Austin\) -
မတ်လ 21 ရက်၊ 2020](#)

[လူအများ စုဝေးခြင်းများနှင့် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်အတွက် ထိန်းချုပ်ရေး အမိန့် \(Travis
ကောင်တီ\) -မတ်လ 21 ရက်၊ 2020](#)

[ဘားများ၊ စားသောက်ဆိုင်များနှင့် လူစုလူဝေးများအတွက် ထိန်းချုပ်ရေး အမိန့် \(Austin\) - မတ်လ 20
ရက်၊ 2020](#)

[ဘားများ၊ စားသောက်ဆိုင်များနှင့် လူစုလူဝေးများအတွက် ထိန်းချုပ်ရေး အမိန့် \(Travis ကောင်တီ\) - မတ်လ 20 ရက်၊ 2020](#)

[COVID-19 ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရေးနှင့် လျော့ပါးစေရေးဆိုင်ရာ အုပ်ချုပ်ရေးမှူး အမိန့် \(Texas\) - မတ်လ 19 ရက်၊ 2020](#)

[ဘားများနှင့် စားသောက်ဆိုင်များအတွက် ထိန်းချုပ်ရေး အမိန့် \(Austin\) - မတ်လ 17 ရက်၊ 2020](#)

[ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အဆောက်အအုံများအတွက် ထိန်းချုပ်ရေး စီမံချက်များဆိုင်ရာ အမိန့် \(Austin\) - မတ်လ 13 ရက်၊ 2020](#)

[ဒေသန္တရ ပြည်နယ် ကပ်ဘေးအဖြစ် ကြေညာချက်ကို အတည်ပြုရန် ဆုံးဖြတ်ချက် \(Austin\) - မတ်လ 12 ရက်၊ 2020](#)

လတ်တလော သတင်းများ

[Austin-Travis ကောင်တီ အနံ့အပြားတွင် ဆက်လက်၍ တိုးချဲ့သွားမည့် COVID-19 စမ်းသပ်ရေး အလုပ်များ - ဧပြီလ 27 ရက်၊ 2020](#)

[အွန်လိုင်း Austin အများပြည်သူ စစ်ဆေးခြင်း စာရင်းသွင်းမှု ဖောင် ယခု ဖွင့်နေပါပြီ - ဧပြီလ 23 ရက်၊ 2020](#)

[Austin မြို့က COVID-19 ကြောင့် ထိခိုက်ရသည့် လုပ်ငန်းငယ်များအတွက် အရေးပေါ် ချေးငွေအထောက်အပံ့ ပရိုဂရမ်ကို စတင်လုပ်ဆောင်ပါသည် - ဧပြီလ 22 ရက်၊ 2020](#)

[Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးက RISE ရန်ပုံငွေများကို ဖြန့်ဝေပေးရန် လူမှုရေး ဝန်ဆောင်မှု အေဂျင်စီများကို ကြေညာပါသည် - ဧပြီလ 21 ရက်၊ 2020](#)

[ဘိုးဘွားရိပ်သာများနှင့် ကာလရှည် စောင့်ရှောက်ရေး အဆောက်အအုံများအတွက် ထုတ်ပြန်ထားသည့် ထိန်းချုပ်ရေး အမိန့်ကို ပြင်ဆင်ခဲ့သည် - ဧပြီလ 20 ရက်၊ 2020](#)

[COVID-19 ကို တိုက်ဖျက်မှု အားကောင်းလာစေရန် အစုအဝေး အချက်အလက်များကို ထုတ်ပြန်ခဲ့သည် - ဧပြီလ 19 ရက်၊ 2020](#)

[Austin-Travis ကောင်တီ COVID-19 က အများပြည်သူ စစ်ဆေးရေး စာရင်းသွင်းမှု ဖောင်ကို ကြေညာပါသည်](#) - ဧပြီလ 17 ရက်၊ 2020

[အိုးမဲ့အိမ်မဲ့ ဖြစ်နေသည့် လူများအတွက် အစားအသောက် ဖြန့်ဖြူးရေးကို စတင်လုပ်ဆောင်ခဲ့သည်](#) - ဧပြီလ 16 ရက်၊ 2020

သင်နှင့် သင့်မိသားစုအတွက် အချက်အလက်များ

ရောဂါလက္ခဏာများနှင့် စစ်ဆေးရေး

အခမဲ့ အများပြည်သူ COVID-19 စစ်ဆေးမှုကို ယခု ဆောင်ရွက်နိုင်ပါပြီ

COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများကို ခံစားနေရပါသလား။ သင် သို့မဟုတ် ချစ်ရသူအတွက် အခမဲ့ စစ်ဆေးခြင်းကို ကြိုတင်စာရင်းသွင်းရန် အွန်လိုင်း အကဲဖြတ်စနစ်ကို အသုံးပြုပါ။ ဒေသတွင်းရှိ Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး ဆေးရုံတွင် စရိတ်ပေးရန်မလိုဘဲ ကားထဲမှပင်စမ်းသပ်ခံနိုင်သော COVID-19 စစ်ဆေးမှုအတွက် အချိန်သတ်မှတ်လိုက်ပါ။

Austin အများပြည်သူ စစ်ဆေးခြင်း စာရင်းသွင်းမှု ဖောင်နှင့် ပတ်သက်၍ နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ သင်ဖျားနေပါက စာမျက်နှာကို ကိုးကားပေးပါ။

မျက်နှာအကာအကွယ်များ

COVID-19 ဗိုင်းရပ်စ် မရှိသော ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနေသူများ၏ သိသာသော ရာခိုင်နှုန်း။
ရောဂါကူးစက်ထားသူသည် ရောဂါလက္ခဏာများ မပြသမီ အခြားလူများထံ ဗိုင်းရပ်စ် တစ်ဆင့်ကူးစက်စေနိုင်သောကြောင့်၊ COVID-19 ကူးစက်မှုကို တားဆီးနိုင်စေရန် သင့်အိမ် သို့မဟုတ် အိမ်ရာ အပြင်ဘက်တွင်ရှိသောအခါ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်အတွက် အကာအကွယ်ကို လိုအပ်ပါသည်။
၎င်းက ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအတွက် စင်တာများ (CDC) နှင့် Austin-Travis ကောင်တီ ကျန်းမာရေး အာဏာပိုင်တို့၏ တွေ့ရှိချက်များနှင့် ကိုက်ညီပါသည်။

မျက်နှာအကာအကွယ်ကို ဝတ်ဆင်ခြင်းက အများနှင့် 6 ပေခွာနေခြင်းနှင့် လက်ဆေးခြင်းကို အစားထိုးပေးခြင်းမဟုတ်ဘဲ ၎င်းတို့က ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်မှုကို လျော့နည်းစေရန် အရေးကြီး အဆင့်များ ဖြစ်နေဆဲပါ။ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အဆင့်မီ (N95) နှင့် ခွဲစိတ်ခန်းသုံး နှာခေါင်းစည်းများကို ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူများနှင့် ရှေ့တန်းက ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းပေးနေသူများအတွက်သာ ဖယ်ထားပြီး ၎င်းတို့ကသာ အသုံးပြုရပါမည်။

မျက်နှာအကာအကွယ်များဆိုင်ရာ ပုံနှိပ်နိုင်သော လက်ကမ်းစာစောင်ကို အင်္ဂလိပ် (PDF)၊ စပိန် (PDF)၊ တရုတ်ရိုးရှင်း (PDF)၊ တရုတ်ရိုးရာ (PDF)၊ ဗီယက်နမ် (PDF)၊ ကိုရီးယား (PDF)၊ မြန်မာ (PDF)၊ အူရူဂွေ (PDF)၊ အာရဗစ် (PDF) တို့ဖြင့် ရနိုင်ပါသည်။

သတ်မှတ်ချက်များ

အသက်ဆယ်နှစ်အထက် လူတိုင်းက ဖော်ပြပါအချိန်များတွင် ၎င်းတို့၏ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်အတွက် အိမ်လုပ်နှာခေါင်းစည်း၊ ခေါင်းစည်းပဝါ၊ ဘန်ဒါနာ သို့မဟုတ် လက်ကိုင်ပဝါ ကဲ့သို့သော အကာအကွယ် ပုံစံတစ်ခုခုကို မဖြစ်မနေ ဝတ်ဆင်ရမည်-

- အများပြည်သူ သွားလာနိုင်သည့် အဆောက်အဦသို့ သို့မဟုတ် ၎င်း၏ အတွင်းထဲသို့ ဝင်ရောက်ချိန်
- အများသုံးသွားလာရေးယာဉ်၊ တက္ကစီ သို့မဟုတ် မျှဝေစီးသော ယာဉ်များကို အသုံးပြုချိန်
- ဂတ်စ်ဖြည့်ချိန်

- အပြင်တွင်ရှိချိန်နှင့် လူတစ်ဦးနှင့် ၎င်း၏ အိမ်ထောင်စုတွင်းမှ မဟုတ်သူများကြားတွင် ခြောက်ပေခွာ၍ နေမရချိန်

မျက်နှာအကာအကွယ်များ မလိုအပ်ချိန်-

- ကိုယ်ပိုင်မော်တော်ယာဉ်တွင် လိုက်ပါစီးနင်းခြင်း
- သီးသန့်နေရာတွင် တစ်ဦးတည်း ရှိချိန်
- ၎င်းတို့၏ အိမ်ထောင်စု သို့မဟုတ် အိမ်ရာမှ အခြားလူများသာ ရှိချိန်တွင်
- ထိုသို့လုပ်ခြင်းက အသက်ရှူရခက်သူ သို့မဟုတ် သတိလစ်တတ်သူ၊ မသန်စွမ်းသူ သို့မဟုတ် တစ်နည်းအားဖြင့် အကူအညီမပါဘဲ အကာအကွယ်ကို ကိုယ်တိုင်မဖယ်ရှားနိုင်သူ တစ်စုံတစ်ယောက် ကဲ့သို့ ပိုဆိုးရွားသော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး၊ ဘေးကင်းရေး သို့မဟုတ် လုံခြုံရေးအန္တရာယ်ရှိသူများကို အန္တရာယ်ဖြစ်စေချိန်
- အစာစားချိန်

အသက် 10 နှစ်အောက် ကလေးများ နေအိမ်အပြင်၌ ရှိချိန်တွင် ၎င်းတို့ နှာခေါင်းစည်း ဝတ်ခြင်းအတွက် ထိုကလေးများ၏ မိဘများက တာဝန်ယူရပါမည်။

အကြံဉာဏ်များ

အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်များမှာ-

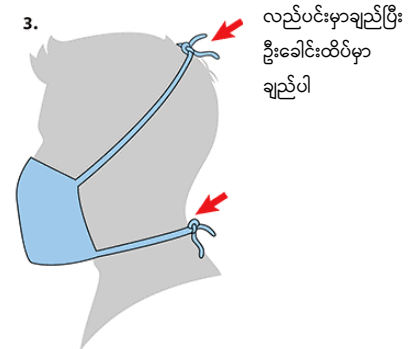
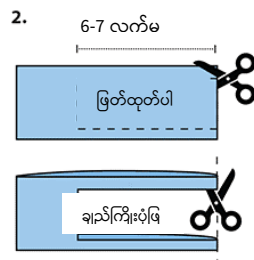
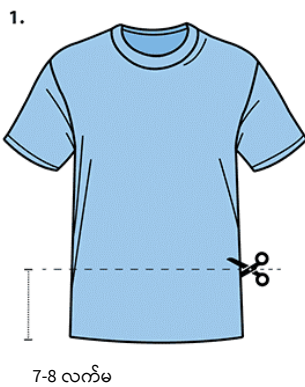
- မျက်နှာ၏ဘေးဘက်နှင့် အံကျနေပြီး သက်တောင့်သက်သာရှိရမည်
- ကြိုးများ သို့မဟုတ် နားကွင်းများကို သေချာတပ်ထားရမည်
- ချည်မျှင် အလွှာများစွာ ပါဝင်ရမည်
- အဟန့်အတားမရှိဘဲ အသက်ရှူနိုင်ရမည်
- ထိခိုက်မှု သို့မဟုတ် ပုံစံပြောင်းလဲမှု မရှိဘဲ လျှော်ဖွတ်ပြီး စက်ဖြင့် အခြောက်ခံနိုင်ရမည်

အနီးကပ်သင်ပြပေးခြင်းများ

အောက်တွင် နှာခေါင်းစည်း ဒီဇိုင်းသုံးမျိုးကို ရှာပါ-

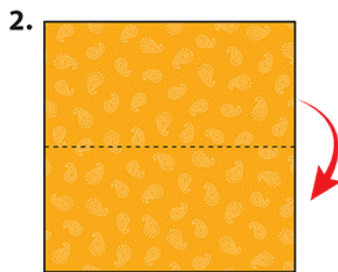
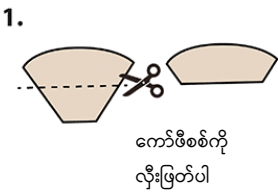
ချုပ်ရန်မလိုသော တီရှပ် အမြန်လှီးဖြတ်၍ သုံးနိုင်သည့် မျက်နှာအကာအကွယ်

လိုအပ်သော ကုန်ကြမ်းများ- တီရှပ်၊ ကတ်ကြေး



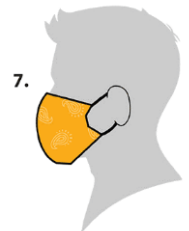
ချုပ်ရန်မလိုသော ဘန်ဒါနာ မျက်နှာအကာအကွယ်

လိုအပ်သော ကုန်ကြမ်းများ- ဘန်ဒါနာ (သို့မဟုတ် စတုရန်းပုံ အဝတ်စ)၊ ကော်ဖီစစ်၊ သားရေကွင်းများ (သို့မဟုတ် ခေါင်းစီးကြိုးများ၊ ကတ်ကြေး



ခေါက်ထားသော ဘန်ဒါနာ၏
အလယ်တွင် ကော်ဖီစစ်ကို ခေါက်ပါ။
အပေါ်ကို အောက်သို့ ခေါက်ပါ။
အောက်ခြေကို အပေါ်သို့ ခေါက်ပါ။

၁၀၀ ၀၅၀ ၁၀၀ ၀၅၀ ၀၅၀ ၀၅၀

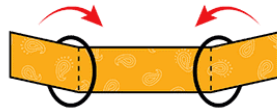


4.



သားရေကွင်း သို့မဟုတ်
ခေါင်းစီးကြိုးကို 6 လက်မခန့်

5.



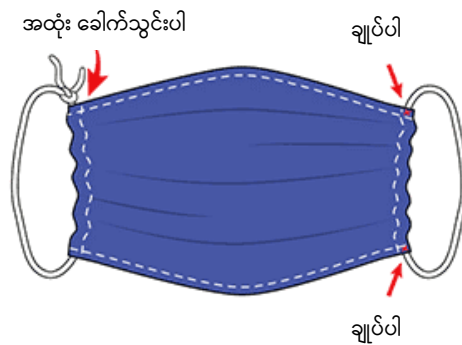
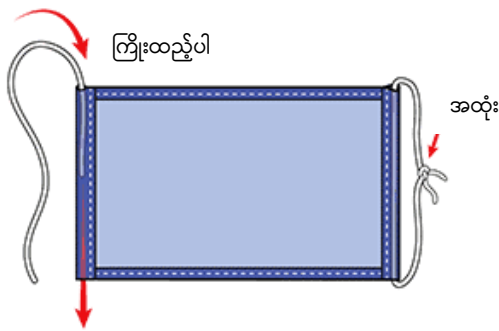
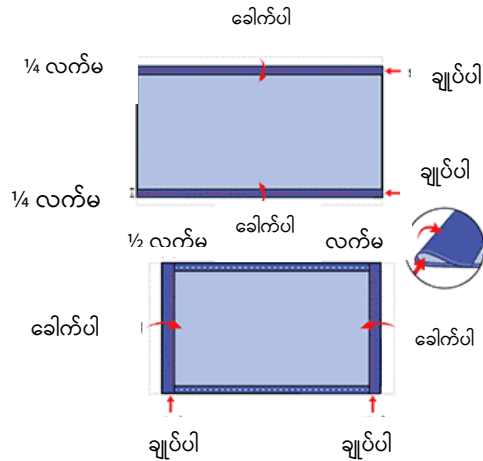
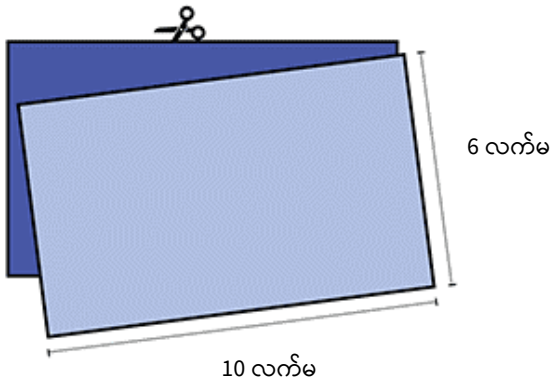
ဘေးဘက်ကို အလယ်သို့ ခေါက်ပြီး
သွင်းပါ။

6.



ချုပ်လုပ်ရသော မျက်နှာအကာအကွယ်

ကုန်ကြမ်းများ- 10"×6" ထောင့်မှန်စတုဂံပုံ ချည်သားစ နှစ်ခု၊ ဆန့်ကျီ နိုင်သော 6" (သို့မဟုတ်
သားရေကွင်းများ၊ ကြိုး၊ အဝတ်ကြိုးများ သို့မဟုတ် ခေါင်းစီးကြိုးများ) နှစ်ခု၊ ပင်အပ်နှင့် ချည် (သို့မဟုတ်
ကလစ်)၊ ကတ်ကြေး၊ အပ်ချုပ်စက်



မေးလေ့ရှိသည့်မေးခွန်းများ

မေး- အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်များကို ဝတ်ဆင်ဖို့ ဘာလို့ လိုအပ်တာလဲ။ ဘယ်အချိန်မှာ
ဝတ်ဆင်ရမလဲ။

ဖြေ- COVID-19 ဗိုင်းရပ်စ် မရှိသော ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနေသူများ၏ သိသာသော ရာခိုင်နှုန်း။
ရောဂါကူးစက်ထားသူသည် ရောဂါလက္ခဏာများ မပြသမီ အခြားလူများထံ ဗိုင်းရပ်စ်
တစ်ဆင့်ကူးစက်စေနိုင်သောကြောင့်၊ COVID-19 ကူးစက်မှုကို တားဆီးနိုင်စေရန် သင့်အိမ် သို့မဟုတ်
အိမ်ရာ အပြင်ဘက်တွင်ရှိသောအခါ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်အတွက် အကာအကွယ်ကို လိုအပ်ပါသည်။
၎င်းက ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအတွက် စင်တာများ (CDC) နှင့် Austin-Travis
ကောင်တီ ကျန်းမာရေး အာဏာပိုင်၏ တွေ့ရှိချက်များနှင့် ကိုက်ညီပါသည်။

အသက်ဆယ်နှစ်အထက် လူတိုင်းက ဖော်ပြပါအချိန်များတွင် ၎င်းတို့၏ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်အတွက်
အိမ်လုပ်နှာခေါင်းစည်း၊ ခေါင်းစည်းပဝါ၊ ဘန်ဒါနာ သို့မဟုတ် လက်ကိုင်ပဝါ ကဲ့သို့သော အကာအကွယ်
ပုံစံတစ်ခုခုကို မဖြစ်မနေ ဝတ်ဆင်ရမည်-

- အများပြည်သူ သွားလာနိုင်သည့် အဆောက်အဦသို့ သို့မဟုတ် ၎င်း၏ အတွင်းထဲသို့
ဝင်ရောက်ချိန်
- အများသုံးသွားလာရေးယာဉ်၊ တက္ကစီ သို့မဟုတ် မျှဝေစီးသော ယာဉ်များကို အသုံးပြုချိန်
- ဂတ်စ်ဖြည့်ချိန်
- အပြင်တွင်ရှိချိန်နှင့် လူတစ်ဦးနှင့် ၎င်း၏ အိမ်ထောင်စုတွင်းမှ မဟုတ်သူများကြားတွင်
ခြောက်ပေခွာ၍ နေမရချိန်

အသက် 10 နှစ်အောက် ကလေးများ နေအိမ်အပြင်၌ ရှိချိန်တွင် ၎င်းတို့ နှာခေါင်းစည်း ဝတ်ခြင်းအတွက်
ထိုကလေးများ၏ မိဘများက တာဝန်ယူရပါမည်။

မေး- ဘယ်သူတွေက အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်များကို မဝတ်သင့်ပါသလဲ။

ဖြေ- အသက် 2 နှစ်အောက်ငယ်သူ၊ အသက်ရှူရခက်သူ သို့မဟုတ် သတိလစ်တတ်သူ၊ မသန်စွမ်းသူ
သို့မဟုတ် တစ်နည်းအားဖြင့် အကူအညီမပါဘဲ အကာအကွယ်ကို ကိုယ်တိုင်မဖယ်ရှားနိုင်သူများက
အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်များကို မဝတ်သင့်ပါ။

**မေး- အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်ကို ဝတ်ဆင်နေပါက လူအများနှင့် အနည်းဆုံး 6 ပေအကွာတွင်
ဆက်နေရန် လိုအပ်ပါသလား။**

ဖြေ- လိုအပ်ပါသည်။ အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်များကို ဝတ်ဆင်ခြင်းသည် COVID-19 ကူးစက်မှုကို
လျှော့ချရန် လူအများ ဆောင်ရွက်ရမည့် ထပ်ဆောင်း အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး စီမံချက်တစ်ခု

တစ်ခုပါသည်။ သင့်အိမ်ထောင်စုအပြင်ရှိ အခြားလူများနှင့် အနည်းဆုံး 6 ပေခွာ၍ နေခြင်း (လူကိုယ်တိုင် ခပ်ခွာခွာနေခြင်း)၊ မကြာခဏ လက်သန့်ရှင်းခြင်းနှင့် အခြား နေ့စဉ် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဆက်လက်၍ ကျင့်သုံးရပါမည်။ အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်သည် ဝတ်ဆင်သူကို ကာကွယ်ရန် မရည်ရွယ်ပါ။ သို့သော် ဝတ်ဆင်သူမှ အခြားလူများထံ ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်စေမှုကို တားဆီးနိုင်ပါသည်။

မေး- ဘယ်လို အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်များကို ဝတ်ဆင်သင့်ပါသလဲ။

ဖြေ- အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်များအား အိမ်ထောင်စုသုံး ပစ္စည်းများဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်သည် သို့မဟုတ် ဘန်ဒါနာများ၊ ပန်းကန်သုတ်ပဝါများ၊ တီရှပ်အဟောင်းများနှင့် ခေါင်းစည်းပဝါများ ကဲ့သို့ စရိတ်သက်သာသော သာမန် ကုန်ကြမ်းများဖြင့် အိမ်တွင် ပြုလုပ်နိုင်သည်။ နှာခေါင်းစည်းများနှင့် N95 အသက်ရှူစက်များမှာ ရှားပါးနေ၍ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ထမ်းများ သို့မဟုတ် အခြား ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ရှေ့တန်းက ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းပေးနေသူများအတွက် ဖယ်ထားရပါသည်။

မေး- အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်များကို ဆေးကြော သို့မဟုတ် တစ်နည်းအားဖြင့် ပုံမှန် သန့်ရှင်းသင့်ပါသလား။

ဖြေ- လိုအပ်ပါသည်။ အသုံးပြုမှု အကြိမ်ရေအပေါ် မူတည်၍ ၎င်းတို့ကို ပုံမှန် ဆေးကြောသန့်စင်ရပါမည်။

မေး- အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်ကို ဘယ်လို ပိုးသတ်/သန့်ရှင်းရမလဲ။

ဖြေ- အဝတ်လျှော်စက်သည် မျက်နှာအကာအကွယ်ကို သင့်လျော်စွာ ဆေးကြောရာတွင် အဆင်ပြေပါသည်။ အသက်ရှူကိရိယာများ၏ ရေဒီယိုသတ္တိကြွမှုနှင့် ပြန်လည်အသုံးပြုမှုဆိုင်ရာ အသေးစိတ်များအတွက် CDC ၏ လမ်းညွှန်ချက်ကို လိုက်နာပါ။

မေး- လူတစ်ဦးက သုံးပြုသား အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်ကို ဘယ်လိုမျိုး ဘေးကင်းစွာ ဖယ်ရှားရမလဲ။

ဖြေ- လူအများသည် ၎င်းတို့၏ မျက်နှာအကာအကွယ်ကို ဖယ်ရှားချိန်တွင် မျက်လုံးများ၊ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်တို့ကို မကိုင်မိရန် သတိပြု၍ ဖယ်ရှားပြီးနောက် ချက်ချင်း လက်ဆေးရပါမည်။

မေး- မျက်နှာအကာအကွယ် မရှိပါက ဘာလုပ်ရမလဲ။

ဖြေ- မျက်နှာအကာအကွယ်ကို သင်ကိုယ်တိုင် လုပ်နိုင်စေမည့် ကျွန်ုပ်တို့၏ အနီးကပ်သင်ပြပေးခြင်းများ အပိုင်းတွင် အဆင့်ဆင့် ညွှန်ကြားချက်များကို မြင်တွေ့ရပါမည်။

မေး- မျက်နှာအကာအကွယ် မဝတ်ဘဲ အများပြည်သူနေရာသို့ သွားလျှင် ဘာဖြစ်မလဲ။

ဖြေ- ကျွန်ုပ်တို့၏ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း အဖွဲ့ဝင်အားလုံး၏ မိမိဆန္ဒအလျောက် လေးစားလိုက်နာမှုကို လိုအပ်နေပါသည်။ အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များ ဆောင်ရွက်ချိန်တွင် မျက်နှာအကာအကွယ်များကို ဝတ်ဆင်ရပါမည်။ လိုအပ်ပါက Austin ရဲဌာနက ဤအမိန့်ကို ပြဋ္ဌာန်းသွားပါမည်။

မေး- မျက်နှာအကာအကွယ် မဝတ်သူကို ဘယ်လို တိုင်ကြားနိုင်ပါသလဲ။

ဖြေ- အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များ ဆောင်ရွက်စဉ် မျက်နှာအကာအကွယ်များကို ဝတ်ဆင်ရန် ကိုယ်တိုင် တာဝန်သိမှုနှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း လိုက်နာမှုက ဤအမိန့် သက်ရောက်မှုရှိစေရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤစည်းမျဉ်းကို လေးစားလိုက်နာလာစေရန် အသိပညာပေးမှုများနှင့် ပံ့ပိုးပေးမှုများ ပြုလုပ်ပေးသွားပါမည်။ 311 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆို၍ သို့မဟုတ် တိုင်ကြားချက်ပေးပို့၍ မျက်နှာအကာအကွယ် အမိန့်ချိုးဖောက်သူကို သင်တိုင်ကြားနိုင်ပါသည်။ လိုအပ်ပါက Austin ရဲဌာနက ဤစည်းမျဉ်းကို ပြဋ္ဌာန်းမည်ဖြစ်ပြီး ဆင့်ခေါ်ချက်များပါ ပြုလုပ်သွားပါမည်။ ဤအမိန့် ချိုးဖောက်မှုများမှာ အသေးစားပြစ်မှုဖြစ်ပြီး ဒဏ်ငွေ \$1,000 အောက် သို့မဟုတ် ရက်ပေါင်း 180 အောက် ကာလအထိ ထောင်ဒဏ် အပြစ်ပေးခံရပါမည်။

မေး- နှာခေါင်းစည်း မဝတ်ပါက ရဲတွေက ကျွန်တော်ကို လှမ်းတားမှာလား။

ဖြေ- မျက်နှာအကာအကွယ် အမိန့်ကို လိုက်နာရန် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း၏ ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုကို အားကိုးနေရပါသည်။ Austin ရဲဌာနသည် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတွင်းရှိ လူအများအား ၎င်းတို့၏ အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များ ဆောင်ရွက်စဉ်တွင် မျက်နှာအကာအကွယ်များကို ဝတ်ဆင်ပေးပါရန် တောင်းဆိုသွားပါမည်။

ကလေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကျောင်းများ

မေး- ကလေးထိန်းကျောင်းများမှာ အမိန့်များနှင့် သက်ဆိုင်ပါသလား။

ဖြေ- ကလေးထိန်းကျောင်းများသည် အခြေခံ လုပ်ငန်းများ၊ အခြေခံ အစိုးရဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းတာဝန်များတွင် သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်တွင် အလုပ်လုပ်နေသည့် ဝန်ထမ်းများ ဝန်ဆောင်မှုပေးနေပါက ဆက်လက်၍ လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ ကလေးထိန်းကျောင်းများသည် 10 ဦး သို့မဟုတ် ယင်းအောက်ပါသည့် အဖွဲ့များကို မပြောင်းလဲဘဲ

ထားရှိခြင်းဖြင့် အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်း သတ်မှတ်ချက်များကို လိုက်နာကာ အဖွဲ့တွင်းမှ ကလေးများကို မပြောင်းလဲ၊ စောင့်ရှောက်ပေးသူ တစ်သတ်မတ်တည်းထားရှိကာ ကလေးများကို အုပ်စုတစ်ခုမှ တစ်ခု သို့မဟုတ် အုပ်စုများကြား မပြောင်းလဲရပါ။

လုပ်ငန်းနှင့် ဆက်စပ်သော မေးခွန်းများကို ရှာဖွေနေသည့် ကလေးထိန်းကျောင်းများသည် လုပ်ငန်းများနှင့် စက်ရုံများအတွက် အချက်အလက်များ စာမျက်နှာကို ကိုးကားရမည်။

မေး- ကျောင်းများ ပိတ်ထားပါသလား။

ဖြေ- အဝေးရောက် သင်ကြားရေးကို ဆောင်ရွက်ပေးနေသည့် ပညာရေးဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများအား အိမ်တွင်နေပါ ဘေးကင်းစွာ လုပ်ကိုင်ပါ အမိန့်အရ အခြေခံ လုပ်ငန်းများအဖြစ် ယူဆပါသည်။ ကျောင်းများနှင့် ပတ်သက်သော နောက်ထပ် အချက်အလက်များကို ခရိုင် ဝတ်ဆိုင်များတွင် ရှာတွေ့နိုင်ပါသည်-

K-12 ခရိုင်ကျောင်းများ

တက္ကသိုလ်/ကောလိပ်

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Austin ISD• Eanes ISD• Lake Travis ISD• Lago Vista ISD• Leander ISD• Del Valle ISD• Manor ISD• Pflugerville ISD• Elgin ISD• Coulpland ISD• Round Rock ISD• Marble Falls ISD• Johnson City ISD• Dripping Springs ISD• Hays Consolidated ISD | <ul style="list-style-type: none">• University of Texas• St. Edwards University• Huston-Tillotson University• Concorida University• Austin Community College |
|--|--|

ထပ်ဆောင်း ရင်းမြစ်များ

- Austin မြို့တော် - "[အိမ်တွင်နေပါ အမိန့် အချက်အလက်များ](#)"
- ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအတွက် စင်တာများ (CDC) - [သင့်မိသားစုကို ကာကွယ်ပါ](#)
- CDC - [ကလေးများနှင့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ရောဂါ 2019 \(COVID-19\)](#)
- CDC - [ကျောင်းများ၊ အလုပ်ခွင်များနှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း တည်နေရာများ](#)
- CDC - [ကလေးများနှင့် COVID-19 အကြောင်း ဆွေးနွေးခြင်း](#)
- CDC - [အဆင့်မြင့် ပညာရေး အသင်းအဖွဲ့များအတွက် လမ်းညွှန်ချက်](#)

ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း

မေး- သင်ဖျားနာနေပါက တုပ်ကွေးနှင့် COVID-19 ကဲ့သို့ ဖျားနာမှု ကူးစက်ခြင်းကို တားဆီးနိုင်စေမည့် အဆင့်တွေက ဘာတွေလဲ။

ဖြေ- Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးသည် ဖျားနာသူများထံမှ အခြားလူများထံ ကူးစက်မှုကို တားဆီးရန် လမ်းညွှန်ချက်ကို ဖန်တီးရေးသားထားပါသည်။

- ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှု ရယူရန်မှလွဲ၍ အိမ်တွင်နေပါ။
- သင့်ဆရာဝန်ထံ မပြသမီ ဖုန်းကြိုဆက်ထားပါ။
- သင့် ရောဂါလက္ခဏာများကို စောင့်ကြည့်ပါ။

သင့်အိမ်တွင် အခြားလူများနှင့် တိရစ္ဆာန်များနှင့် သင့်ကိုယ်သင် သီးခြားခွဲထားပါ။
တစ်ကိုယ်ရေသုံးပစ္စည်းများကို မျှဝေခြင်းအား ရှောင်ကြဉ်ပါ။

- အကာအကွယ်ဖြင့် ချောင်းဆိုး၊ နှာချေပါ။
- မကြာခဏ လက်ဆေးပါ။
- ထိတွေ့မှုများသည့် မျက်နှာပြင်အားလုံးကို နေ့စဉ် သန့်ရှင်းပါ။

COVID-19 အတည်ပြုလူနာများသည် အခြားလူများထံ ဆင့်ပွားရောဂါကူးစက်နိုင်ခြေ နည်းပါးသည်ဟု မသိရမချင်း နေအိမ်တွင် ဆက်လက်၍ သီးသန့်ခွဲနေရပါမည်။

မေး- မိမိကိုယ်ကို ဘယ်လို ကာကွယ်ရမလဲ။

ဖြေ- ဤအဆင့်များကို ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် သင့်ကိုယ်သင် ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

- ဖျားနေသူနှင့် အနီးကပ် ထိတွေ့မှုကို ရှောင်ပါ။

သင့်မျက်လုံးများ၊ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်ကို ဆေးကြောမထားသည့် လက်များဖြင့် မကိုင်ပါနှင့်။

- ဆပ်ပြာနှင့် ရေဖြင့် အနည်းဆုံး စက္ကန့် 20 ကြာ မကြာခဏ လက်ဆေးပါ။ ဆပ်ပြာနှင့် ရေ မရှိပါက အရက် အနည်းဆုံး 60% ပါဝင်သည့် အရက်အခြေခံသော လက်သန့်ဆေးရည်ကို အသုံးပြုပါ။

မေး- အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းက ဘာလဲ။

ဖြေ- မတော်တဆနှင့် ခဏတာ ဖြတ်သွားခြင်းမှလွဲ၍ လူအများကြား အနည်းဆုံး ခြောက်ပေခွာနေခြင်းနှင့် ထိန်းချုပ်သွားလာခြင်း၊ တတ်နိုင်သမျှ မကြာခဏ အနည်းဆုံး စက္ကန့် 20 ကြာ ဆပ်ပြာနှင့် ရေတို့ဖြင့် လက်ဆေးခြင်း သို့မဟုတ် လက်သန့်ဆေးရည်ကို အသုံးပြုခြင်း၊ အကာအကွယ်ဖြင့် ချောင်းဆိုးခြင်း သို့မဟုတ် နှာချေခြင်း (လက်ထဲမဟုတ်ဘဲ တံတောင် သို့မဟုတ် အင်္ကျီလက်ထဲသို့)၊ ထိတွေ့မှုများသော မျက်နှာပြင်များကို ပုံမှန် သန့်ရှင်းခြင်း သို့မဟုတ် လက်များကို မထိကိုင်ခြင်းတို့အား အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းဟု Austin မြို့က အဓိပ္ပါယ်သတ်မှတ်ထားသည်။

ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအတွက် စင်တာများသည် အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းအား ကမ္ဘာအနှံ့ဖြစ်နေသော တုပ်ကွေးရောဂါကို တားဆီးရန် အသုံးပြုသည့် မဟာဗျူဟာအဖြစ် သတ်မှတ်ပါသည်။

အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းသည် အများနှင့် အဆက်အသွယ်ဖြတ်ခြင်း မဟုတ်ပါ။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းသည် COVID-19 ကူးစက်မှုကို တားဆီးခြင်းအတွက် အလွန်အရေးပါသော အပိုင်း ဖြစ်သည်။

မေး- အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို ဘယ်လို လိုက်နာကျင့်သုံးရမလဲ။

- အများဆိုင်နေရာများနှင့် မလိုအပ်သော လူစုလူဝေးများကို ရှောင်ပါ။
- ပွေ့ဖတ်ခြင်းများ၊ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်းများနှင့် နမ်းရှုံ့ခြင်းများ ကဲ့သို့သော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိတွေ့မှုကို ရှောင်ပါ။
- လူအများအပြား သို့မဟုတ် လူအုပ်များကို ရှောင်ပါ။
- ဖြစ်နိုင်ပါက အိမ်ကနေ အလုပ်လုပ်ပါ
- အများသုံးယာဉ်များကို မလိုအပ်ပါက အသုံးမပြုပါနှင့်
- အနည်းဆုံး 6 ပေခွာ၍ နေပါ

မတ်လ 24 ရက်တွင် Austin မြို့တော်၏ အုပ်ချုပ်ရေးမှူးက အိမ်တွင်နေပါ ဘေးကင်းစွာ အလုပ်လုပ်ပါ အမိန့်ကို အတည်ပြုခဲ့၍ Austin မြို့သားများက အိမ်တွင်နေရန် လိုအပ်ပါသည်။ ယင်းမှာ မဖြစ်မနေ တားမြစ်ပိတ်ပင်မှု မဟုတ်ဘဲ အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များနှင့် အလုပ်ကို ခွင့်ပြုထားပါသည်။ အိမ်အပြင် ထွက်သူများအတွက် အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းသည် ကူးစက်မှုကို လျော့နည်းစေရန် အထူး လိုအပ်သည့် စည်းမျဉ်း ဖြစ်ပါသည်။

မေး- အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို ဘာလို လိုအပ်တာလဲ။

ဖြေ- CDC အရ ဗိုင်းရပ်စ်သည် အောက်ပါ အခြေအနေများတွင် လူအချင်းချင်း ကူးစက်နိုင်ပါသည်-

- တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အချင်းချင်း နီးကပ်နေသည့် လူများကြား (6 ပေခန့်အတွင်း)။
- ကူးစက်ခံထားရသူ လေထဲတွင် နှာချေ သို့မဟုတ် ချောင်းဆိုးသောအခါ အရည်စက်ကလေးများမှတစ်ဆင့်။ အဆိုပါ အရည်စက်ကလေးများသည် အနီးနားရှိ လူများ၏

ပါးစပ်များ သို့မဟုတ် နှာခေါင်းပေါက်များထဲသို့ ရောက်သွားနိုင်သည် သို့မဟုတ် ၎င်းကို အဆုတ်အတွင်းသို့ ရှူလိုက်မိနိုင်သည်။

ကူးစက်လွယ်သော ရောဂါဖြစ်သည့် COVID-19 သည် တစ်စုံတစ်ယောက် ချောင်းဆိုးလိုက်လျှင် လေထဲမှတစ်ဆင့် ရှူသွင်းမိနိုင်သောကြောင့် ဤကာလအတွင်း အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေရန်မှာ အရေးကြီးပါသည်။ ဗိုင်းရပ်စ်သည် ထိတွေ့ထားသည့် မျက်နှာပြင်များမှလည်း ကူးစက်နိုင်ပါသည်။

မေး- အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေစဉ် လုပ်ဆောင်ချက် တစ်စုံတစ်ရာ ပြုလုပ်နိုင်ပါသလား။

ဖြေ- ခွေးနှင့်လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ ဆေးဝါးဝယ်ခြင်း၊ စားသောက်ကုန်များဝယ်ရန် အိမ်အပြင်ထွက်ခြင်း၊ အပြေးလေ့ကျင့်ရန် အပြင်ထွက်ခြင်း၊ ဆရာဝန်ထံ ပြသခြင်း သို့မဟုတ် သင့်အိမ်နှင့် အလုပ်သို့ အသွားအပြန်လုပ်ခြင်း (အခြေခံလုပ်ငန်းအဖြစ် သတ်မှတ်ထားပါက) ကဲ့သို့သော နေ့စဉ် အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဆက်လုပ်နိုင်ပါသေးသည်။

အပြင်တွင်ရှိနေပါက အခြားလူများနှင့် အနည်းဆုံး 6 ပေခွာ၍ နေပေးပါ။ အုပ်စုလိုက် ပြေးခြင်း သို့မဟုတ် လမ်းလျှောက်ခြင်းက အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို မလိုက်နာခြင်း ဖြစ်သည်။

COVID-19 အကြောင်း အချက်အလက်များ

မေး- နိုဗယ် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်က ဘာလဲ။

ဖြေ- နိုဗယ် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်သည် ယခင်က တွေ့ရှိခဲ့ခြင်း မရှိဖူးသည့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် အသစ်တစ်မျိုး ဖြစ်သည်။ COVID-19 ဗိုင်းရပ်စ်သည် လူသားများကြားတွင် သာမန် ဖြစ်လေ့ရှိပြီး သာမန် အအေးမိခြင်းကဲ့သို့ မပြင်းထန်သော ဖျားနာမှု ဖြစ်စေသည့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်နှင့် မတူညီပါ။

မေး- Austin တွင် COVID-19 အန္တရာယ်ရှိနေပါသလား။

ဖြေ- အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် လူအချင်းချင်း ကူးစက်မှု အထောက်အထား တိုးပွားလာခြင်းကြောင့် Texas ပြည်သူ့လူထုအားလုံးအတွက် COVID-19 ၏ အလုံးစုံ အန္တရာယ်မှာ ယခုအချိန်တွင် ပို၍မြင့်တက်လာပါသည်။

Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးသည် Austin-Travis ကောင်တီတွင် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ 2019 (COVID-19) ကူးစက်ခံရသူများစွာကို တွေ့ရှိခဲ့သည်။ နောက်ဆုံးရ ကူးစက်ခံရသူဦးရေကို

ပင်မစာမျက်နှာရှိ ဒတ်ရှိဘုတ်တွင် မြင်တွေ့နိုင်ပါသည်။ Texas ရှိ နောက်ဆုံးရ အတည်ပြုလူနာ ဦးရေအတွက် Texas DSHS ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

မေး- COVID-19 ဗိုင်းရပ်စ်က ဘယ်လို ကူးစက်ပါသလဲ။

ဖြေ- ဗိုင်းရပ်စ်သည် အဓိကအားဖြင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အချင်းချင်း နီးကပ်နေသည့် လူများကြား (6 ပေခန့်အတွင်း) တွင် လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ ကူးစက်ပျံ့နှံ့သည်ဟု ထင်မြင်ထားပါသည်။ ၎င်းသည် လေထဲတွင်ပျံ့နှံ့သည့်အရာမဟုတ်သော်လည်း ကူးစက်ခံထားရသူ ချောင်းဆိုး သို့မဟုတ် နှာချေသောအခါထွက်လာသော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ အရည်စက်ကလေးများမှတစ်ဆင့် ကူးစက်ပျံ့နှံ့သည်ဟု သိရပါသည်။ အဆိုပါ အရည်စက်ကလေးများသည် အနီးနားရှိ လူများ၏ ပါးစပ်များ သို့မဟုတ် နှာခေါင်းပေါက်များထဲသို့ ရောက်သွားနိုင်သည် သို့မဟုတ် ၎င်းကို အဆုတ်အတွင်းသို့ ရှူလိုက်မိနိုင်သည်။ လူလူချင်းကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုဆိုသည်မှာ ကူးစက်ခြင်းခံထားရသူသည် (အိမ်ထောင်ဖက်၊ အခန်းဖော်၊ ကလေးတို့ကဲ့သို့) ၎င်းတို့သိထားသောတစ်စုံတစ်ဦးနှင့် ထိတွေ့ဆက်သွယ်နိုင်ခြေ အရှိဆုံးဖြစ်ခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ Austin/Travis ကောင်တီတွင် လူအချင်းချင်း ကူးစက်မှု အထောက်အထား တွေ့ရှိထားပါသည်။

မေး- လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတွင်း ကူးစက်မှုဆိုတာ ဘာလဲ။

ဖြေ- လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတွင်း ကူးစက်မှုသည် မည်ကဲ့သို့ သို့မဟုတ် မည်သည့်နေရာမှ ကူးစက်လာသည်ကို မသိရသူများ အပါအဝင် နယ်မြေတွင်း ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်ခံထားရသူများကို ဆိုလိုပါသည်။

ဖျားနေသူများအတွက် အချက်အလက်များ စစ်ဆေးခြင်း

Austin အများပြည်သူ (APH) စစ်ဆေးခြင်း စာရင်းသွင်းမှု ဖောင်သည် လူအများအား ၎င်းတို့၏ သမားတော်နှင့် ပြသရန် မလိုအပ်စေဘဲ COVID-19 စစ်ဆေးခြင်းအတွက် အွန်လိုင်း အကဲဖြတ်မှုကို ဖြည့်စွက်နိုင်စေပါသည်။

အွန်လိုင်း အကဲဖြတ်မှုကို အပြီးသတ်ခြင်းက စစ်ဆေးသော နေရာသို့ လွှဲပြောင်းမှုကို အာမခံချက်မပေးပါ။ စစ်ဆေးခြင်းကို ရက်ချိန်းဖြင့်သာ ဆက်လုပ်သွားပါမည်။ APH မှတစ်ဆင့် စာရင်းသွင်းမှု၊ လွှဲပြောင်းမှုနှင့် စစ်ဆေးခြင်းတို့မှာ အခမဲ့ ဖြစ်ပါသည်။ Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးသည် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ဝန်ထမ်းများ၊ ရှေ့တန်းက တုံ့ပြန်ဖြေရှင်းနေသူများနှင့် ပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများ ဖြစ်လာနိုင်ခြေများသူများကို ဦးစားပေး၍ ဆက်လုပ်သွားပါမည်။

ကားထဲမှပင်စမ်းသပ်ခံနိုင်သော စစ်ဆေးမှုများမှာ ရက်ချိန်းဖြင့်သာ ဖြစ်ပြီး Austin အများပြည်သူ စစ်ဆေးခြင်း စာရင်းသွင်းမှု ဖောင်မှတစ်ဆင့် အချိန်ဇယား သတ်မှတ်ပေးပါမည်။

စာရင်းသွင်းမှု ဖောင် အချက်အလက်များ၏ ပုံနှိပ်နိုင်သော ဗားရှင်းကို [အင်္ဂလိပ် \(PDF\)](#) နှင့် [စပိန် \(PDF\)](#) တို့ဖြင့် ရနိုင်ပါသည်။

အွန်လိုင်း ဖောင် လုပ်ဆောင်ပုံ

- လူတစ်ဦးချင်းက AustinTexas.gov/COVID19 တွင် အကောင့်ဖွင့်ရမည်။
- စစ်ဆေးမှုအတွက် လူနာ၏ သတ်မှတ်ချက်မီမှုကို ဆုံးဖြတ်ရန် ဖောင်က မေးခွန်းများစွာ မေးမြန်းပါသည်။ ကိုယ်တိုင်လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းမရှိသူများအတွက် အခြားလူတစ်ဦးက ဖောင် ဖြည့်စွက်ပေးနိုင်သည်။ ဤအချက်အလက်များကို HIPAA-ကာကွယ်မှုအတိုင်း ကာကွယ်ထားသည်။
- စစ်ဆေးမှုအတွက် လူတစ်ဦး အတည်ပြုချက်ရပါက ထိုလူသည် ကားထဲမှပင်စမ်းသပ်ခံနိုင်သော စစ်ဆေးခြင်း ရက်ချိန်းအတွက် တည်နေရာ၊ ရက်စွဲနှင့် အချိန်တို့ကို စီစဉ်နိုင်ပါမည်။ လူနာများကို မော်တော်ယာဉ်တွင်းသာ ကြည့်ရှုသွားပါမည်။
- လူနာက ဖုန်း၊ အီးမေးလ် သို့မဟုတ် QR ကုဒ်ပါသည့် စာသားတို့မှတစ်ဆင့် အတည်ပြုချက်နှင့် တစ်ရက်တည်းတွင် စစ်ဆေးရေးနေရာအတွက် ညွှန်ကြားချက်များကို လက်ခံရရှိပါမည်။ ၎င်းတို့က စစ်ဆေးရာတွင် ID သို့မဟုတ် အတည်ပြုချက်ကို တင်ပြရပါမည်။
- လူနာက စစ်ဆေးရေး စံသတ်မှတ်ချက်နှင့် မကိုက်ညီပါက ၎င်းတို့အနေဖြင့် ထပ်မံကြိုးစားရန် အချိန်မရွေး ဖောင်ကို ဖြည့်စွက်နိုင်ပါမည် (ဥပမာ၊ သင့်ရောဂါလက္ခဏာများက နောက်ပိုင်းရက်များတွင် ပြောင်းလဲပါက)။
- ရလဒ်များကို 3-4 ရက်အတွင်း အွန်လိုင်းတွင် တွေ့မြင်ရပါမည်။

စစ်ဆေးမှုများကို စီစဉ်ခြင်းနှင့် အတည်ပြု ရောဂါပိုးတွေ့သူများကို စောင့်ကြည့်ခြင်း အပြင် APH သည် ပိုးတွေ့သည့် ဒေသခံများထံ ထိတွေ့မှုဆိုင်ရာ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာကို အလိုအလျောက် ပေးပို့မည်ဖြစ်ပြီး ယင်းက လူထုထပ်သော နေရာများသို့ ခရီးသွားခြင်းနှင့် လည်ပတ်ခြင်းများ ကဲ့သို့ ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်နိုင်သည့်နည်းလမ်းဆိုင်ရာ အသေးစိတ်အချက်များကို စုဆောင်းရာတွင် ကူညီပါမည်။ APH ဝန်ထမ်းက ပိုးတွေ့လူနာများနှင့် ဆက်လက်လုပ်ကိုင်သွားပါမည်။

လိုအပ်ပါက ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှုကို ထပ်တိုးနိုင်စေရန်အတွက် ဒေသခံတစ်ဦးချင်း၏ ကျန်းမာရေးကို စစ်ဆေးရန် လျှောက်ထားမှုက နောက်ဆက်တွဲ အီးမေးလ် သို့မဟုတ် စာသားမက်ဆေ့ချ်များကိုလည်း ပေးပို့ပါမည်။

ကားထဲမှပင်စမ်းသပ်ခံနိုင်သော စစ်ဆေးမှု လုပ်ဆောင်ပုံ

- ကားထဲမှပင်စမ်းသပ်ခံနိုင်သော စစ်ဆေးရေး တည်နေရာသို့ လူနာ ရောက်လာသောအခါ ၎င်းက မော်တော်ယာဉ်ထဲတွင်သာ နေရမည်။
- လူနာများက ကျွမ်းကျင်သူအား အတည်ပြုချက် QR ကုဒ်နှင့် ID ဖောင်တစ်ခုကို ၎င်းတို့၏ ကား ပြတင်းပေါက်မှတစ်ဆင့် ပြသရမည်။
- ထို့နောက် စစ်ဆေးရေးနေရာရှိ ကျွမ်းကျင်သူသည် လူနာအား စစ်ဆေးမှု၏ နောက်ထပ် အဆင့်များကို ပြောပြသွားပါမည်။
- စစ်ဆေးမှု အစအဆုံးမှာ 10 မိနစ်ခန့် ကြာပါမည်။
- စစ်ဆေးမှု ရလဒ်များကို လူတစ်ဦးချင်းထံ ဖုန်း၊ အီးမေးလ်ဖြင့် ပေးပို့မည်ဖြစ်သည် သို့မဟုတ် ၎င်းတို့က ၎င်းတို့၏ ရလဒ်များကို အွန်လိုင်းတွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်သည်။ လူနာများက 3-4 ရက်အတွင်း ရလဒ်များကို စောင့်မျှော်နိုင်ပါသည်။
- လူနာတွင် COVID-19 ပိုးတွေ့ပါက၊ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း ထပ်တိုး ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်မှု လျော့ပါးစေရန် ညွှန်ကြားချက်များအပြင် ထပ်တိုး ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကြီးကြပ်မှုကို လိုအပ်ပါက ဆုံးဖြတ်ရန် ရောဂါလက္ခဏာများကို စောင့်ကြည့်နည်းဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်ချက်ကိုပါ အလိုအလျောက်ပို့သော အီးမေးလ်ဖြင့် လက်ခံရရှိပါမည်။

မေးလေ့ရှိသည့်မေးခွန်းများ

မေး- ကျွန်ုပ်၏ အွန်လိုင်း အကဲဖြတ်မှုကို ဘယ်လို စတင်ရမလဲ။

ဖြေ- သင့်အကောင့်ကို ဖန်တီးရန် လိုအပ်ပါမည်။ 'Take Self-Assessment (ကိုယ်တိုင်အကဲဖြတ်မှု ပြုလုပ်ရန်)' ကို နှိပ်ပါ။ သင့်ဖောင်ကို ဖြည့်စွက်ရန် ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာပါ။ ထို့အပြင် ဤဖောင်ကို ဖြည့်စွက်သူတိုင်းက HIPAA လမ်းညွှန်ချက်များအရ အကောင့်တစ်ခု (ကလေးငယ်များ အပါအဝင်) ဖန်တီးရန် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင် အီးမေးလ် လိပ်စာ ရှိရပါမည်။ ဖောင်၏ နောက်ပိုင်း အဆင့်များက သင့်အား မိသားစု အကောင့်များ ဖွင့်နိုင်စေပါမည်။

မေး- စစ်ဆေးမှုအတွက် အတည်ပြုချက်ရပါက ဘာလုပ်ရမလဲ။

ဖြေ- စစ်ဆေးမှုအတွက် လူတစ်ဦး အတည်ပြုချက်ရပါက စာရင်းသွင်းမှုဖောင်သည် ကားထဲမှပင်စမ်းသပ်ခံနိုင်သော စစ်ဆေးခြင်း ရက်ချိန်းအတွက် ထိုလူအား တည်နေရာ၊ ရက်စွဲနှင့် အချိန်ကို စီစဉ်ခွင့်ပြုပါမည်။ လူတစ်ဦးချင်းက QR ကုဒ်နှင့်အတူ အတည်ပြုချက် အီးမေးလ်ကို လက်ခံရရှိပါမည်။ ဤ QR ကုဒ်အား စစ်ဆေးရေးနေရာတွင် စစ်ဆေးရန် အသုံးပြုသွားပါမည်။

မေး- စစ်ဆေးမှုအတွက် အတည်ပြုချက်မရပါက ဘာလုပ်ရမလဲ။

ဖြေ- စစ်ဆေးရေး စံသတ်မှတ်ချက်နှင့် မကိုက်ညီပါက ထပ်လုပ်ကြည့်ရန် ပေါ်တယ်သို့ အချိန်မရွေး ပြန်ဝင်ကြည့်နိုင်သည် (ဥပမာ၊ သင့်ရောဂါလက္ခဏာများက နောက်ပိုင်းရက်များတွင် ပြောင်းလဲသွားပါက)။

မေး- ကျွန်ုပ်၏ ရလဒ်များနှင့် ပတ်သက်၍ ဘယ်လို အသိပေးခံရမလဲ။

ဖြေ- သင်၏ ကားထဲမှပင်စမ်းသပ်ခံနိုင်သော စစ်ဆေးမှုကို ဖြည့်စွက်ပြီးသည်နှင့် 3-4 ရက်အတွင်း ရလဒ်များကို သိရပါမည်။ သင့်တွင် ပိုးတွေ့ပါက၊ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း ထပ်တိုး ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်မှု လျော့ပါးစေရန် ညွှန်ကြားချက်များအပြင် ထပ်တိုး ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကြီးကြပ်မှုကို လိုအပ်ပါက ဆုံးဖြတ်ရန် ရောဂါလက္ခဏာများကို စောင့်ကြည့်နည်းဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်ချက်ကိုပါ အလိုအလျောက်ပို့သော အီးမေးလ်ဖြင့် လက်ခံရရှိပါမည်။

မေး- ကွန်ပျူတာကို အသုံးမပြုနိုင်ပါက ဘာလုပ်ရမလဲ။

ဖြေ- ကိုယ်တိုင်လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းမရှိသူများအတွက် အခြားလူတစ်ဦးက ဖောင် ဖြည့်စွက်ပေးနိုင်သည်။ ဖောင်ဖြည့်ရန် ကွန်ပျူတာ သို့မဟုတ် အင်တာနက်ကို အသုံးမပြုနိုင်သူများက အကူအညီရယူရန် ကျွန်ုပ်တို့၏ ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး ဟော့လိုင်း 512-972-5560 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

မေး- သွားလာရန်ယာဉ် မရှိပါက ဘာလုပ်ရမလဲ။

ဖြေ- စစ်ဆေးမည့်နေရာသို့ သွားလာရန်မော်တော်ယာဉ် မရှိသူများက စစ်ဆေးမှုခံယူရန် အခြား နည်းလမ်းများအတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး ဟော့လိုင်း 512-972-5560 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ လူတစ်ဦးချင်းက ကားထဲမှပင်စမ်းသပ်ခံနိုင်သော စစ်ဆေးရေးနေရာသို့ ရောက်ချိန်တွင် မော်တော်ယာဉ်ထဲ၌သာ ရှိနေရမည်ကို သတိပြုပေးပါ။ စစ်ဆေးရေးနေရာသို့ ခြေကျင်၊ စက်ဘီး၊ စကူတာ သို့မဟုတ် ဆိုင်ကယ်ဖြင့် ရောက်လာပါက အချိန်ဇယား ပြန်စီစဉ်ပေးရမည်။

မေး- ID မရှိပါက ဘာလုပ်ရမလဲ။

ဖြေ- စစ်ဆေးရေးနေရာတွင် တင်ပြရန် ID မရှိသူများက စစ်ဆေးရေးနေရာတွင် QR ကုဒ်နှင့် အတည်ပြုချက် အီးမေးလ်ကို ပြသနိုင်သည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ
ရောဂါလက္ခဏာများနှင့် ကုသမှု ခံယူရမည့်အချိန်

Austin အများပြည်သူ စစ်ဆေးခြင်း စာရင်းသွင်းမှု ဖောင်ကို သုံးပါ။ ဖော်ပြပါတို့ကဲ့သို့ မပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများရှိပါက သင်၏ အခြေခံ စောင့်ရှောက်မှု သမားတော်ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် တယ်လီကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို သုံးပါ-

- ကိုယ်ပူခြင်း
- ချောင်းဆိုးခြင်း
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- နှာရည်ယိုခြင်း
- အနံ့/အရသာ အာရုံခံစားနိုင်မှု မရှိခြင်း
- လည်ချောင်းနာခြင်း ဝမ်းလျှောခြင်း

ဖော်ပြပါတို့ကဲ့သို့ ပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများရှိပါက 9-1-1 ကို ဖုန်းခေါ်ပါ သို့မဟုတ် အရေးပေါ်ဌာနသို့ သွားပါ-

- အသက်ရှူရခက်ခြင်း ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း
- ထိတ်လန့်တကြားဖြစ်မှု
- ဆေးသောက်၍ မသက်သာသည့် ကိုယ်ပူခြင်း

ကုသမှုခံယူရေး အချက်အလက်များအတွက် ပုံနှိပ်နိုင်သော ဗားရှင်းကို [အင်္ဂလိပ် \(PDF\)](#)၊ [စပိန် \(PDF\)](#)၊ [တရုတ်ရိုးရှင်း \(PDF\)](#)၊ [တရုတ်ရိုးရာ \(PDF\)](#)၊ [ဗီယက်နမ် \(PDF\)](#)၊ [အာရဗစ် \(PDF\)](#)၊ [အုရ်ဒူ \(PDF\)](#)၊ [မြန်မာ \(PDF\)](#)၊ [ကိုရီးယား \(PDF\)](#) တို့ဖြင့် ရနိုင်ပါသည်။

ပြင်းထန်သော ကူးစက်မှုအတွက် ကူးစက်နိုင်ခြေများသူများ တုပ်ကွေးရောဂါကဲ့သို့ပင် အသက် 65 နှစ်အထက် နှင့်/သို့မဟုတ် နှလုံးရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ နာတာရှည် အဆုတ်ရောဂါနှင့် ဆီးချိုရောဂါကဲ့သို့ ရောဂါအခံရှိသူများသည် ပြင်းထန်သော ရောဂါနှင့် COVID-19 မှ ထပ်တိုးရောဂါများ ဖြစ်နိုင်ခြေ ပိုများပါသည်။

Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးသည် အသက်ကြီးရင့်သူများနှင့် ရောဂါအခံရှိသူများအတွက် လမ်းညွှန်ချက်ကို ရေးသားခဲ့ပါသည်။

တယ်လီကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ

COVID-19 ဖြေရှင်းရေးအတွက် စီစဉ်သတ်မှတ်ထားသည့် မိုဘိုင်းအက်ပ်များ သို့မဟုတ် ဝဘ်ဆိုက်များကို အရင်ဆုံး အသုံးပြုပေးပါရန် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဆောင်ရွက်သူများက တုပ်ကွေးကဲ့သို့

ရောဂါလက္ခဏာများ ကြုံတွေ့ခံစားနေရသည့် လူနာအားလုံးကို တိုက်တွန်းလျက်ရှိပါသည်။
သင့်ဘေးကင်းရေးနှင့် အဆင်ပြေမှုအတွက် တယ်လီကျန်းမာရေး ရင်းမြစ်များကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဆောင်ရွက်ပေးသူနှင့် ရက်ချိန်း မစီစဉ်မီ သို့မဟုတ် ဆေးခန်းသို့
မသွားရောက်မီ၊ သင်၏ သမားတော်ဆေးခန်းက သင်၏ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူနှင့်ပေါင်း၍
တယ်လီကျန်းမာရေးကို ဆောင်ရွက်ပေးနေနိုင်သောကြောင့် ၎င်းတို့ကို အရင်ဆုံးမေးမြန်းရန် သို့မဟုတ်
အလားတူ ဖော်ပြပါ ဝန်ဆောင်မှုကို အသုံးပြုရန် အကြံပြုပါသည်။

ရနိုင်သော တယ်လီကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ

Baylor Scott & White

၎င်းတို့၏ ဝတ်ဆိုင်ကို ဝင်ကြည့်ပါ သို့မဟုတ် သင့်မိဘိုင်းဖုန်းတွင် အက်ပ်ကို ထည့်သွင်းရန်အတွက် ဖုန်းသို့
ရောက်လာစေရန် 88408 သို့ BETTER ဟု စာတိုပေးပို့ပါ။ ရက်ချိန်း မလိုအပ်ပါ။

Ascension

အက်ပ်ကို ဒေါင်းလုဒ်လုပ်ရန် ၎င်းတို့၏ ဝတ်ဆိုင်ကို ဝင်ကြည့်ပါ။ တစ်ကြိမ်ပြုလျှင် \$20
ကုန်ကျစရိတ်အတွက် HOME ကုဒ်ကို သုံးပါ။ ရက်ချိန်း မလိုအပ်ပါ။

MDLive

အခမဲ့အကောင့်ဖွင့်ရန် ၎င်းတို့၏ ဝတ်ဆိုင်ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

TelaDoc

အကောင့်ဖွင့်ရန် သို့မဟုတ် အက်ပ်ကို ဒေါင်းလုဒ်လုပ်ရန် ၎င်းတို့၏ ဝတ်ဆိုင်ကို ဝင်ကြည့်ပါ။
နေ့စဉ်ကုသမှုမှာ \$49 အောက်သာဖြစ်ပြီး TelaDoc ပြသမှု၏ ကုန်ကျစရိတ်သည်
သင့်ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်ပေါ် မူတည်ပါသည်။

HeyDoc

အက်ပ်ကို ဒေါင်းလုဒ်လုပ်ရန် ၎င်းတို့၏ ဝတ်ဆိုင်ကို ဝင်ကြည့်ပါ။ HeyDoc တွင် ပြသမှုက လူနာများကို
\$10 နှင့် \$50 ကြား ကုန်ကျစေပါသည်။

Televero Health

အလွန်အရေးကြီးသော ကုသမှု M.D သို့မဟုတ် အပြုအမူဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ကျွမ်းကျင်သူနှင့် တိုင်ပင်မှုကို စီစဉ်ရန် ၎င်းတို့၏ ဝတ်ဆိုင်သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်မှုကို ကွန်ပျူတာ သို့မဟုတ် မိုဘိုင်းဖုန်းဖြင့် သင့်အိမ်တွင် ဘေးကင်းပြီး အဆင်ပြေစွာဖြင့် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။

Freeman Medical Clinic

ဒေသတွင်း ဆေးခန်းသည် တယ်လီကျန်းမာရေးဖြင့် လူနာအသစ်များနှင့် သတ်မှတ်လူနာများကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးသွားပါမည်။

West Holistic Medicine

အကောင့်အတွက် စာရင်းသွင်းရန် ၎င်းတို့၏ ဝတ်ဆိုင်ကို ဝင်ကြည့်ပါ။ \$0-\$70 ကြား ကုန်ကျစရိတ်အတွက် ဝင်ငွေ နှုန်းနှင့် ကိုက်ညီပေးခြင်း။

Victory Med

ရက်ချိန်း စီစဉ်ရန် www.victorymed.com သို့ ဝင်ကြည့်ပါ သို့မဟုတ် “Book an Appointment (ရက်ချိန်းယူမည်)” ခလုတ်ကို နှိပ်ပါ သို့မဟုတ် 512-462-3627 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ အာမခံပေါ် မူတည်၍ ကုန်ကျစရိတ်မှာ \$10-\$50 ကြား ပြောင်းလဲပါသည် သို့မဟုတ် ငွေသားဖြင့် ပေးချေသော လူနာများက \$100 အတွက် ရက်ချိန်းကို စီစဉ်နိုင်ပါသည်။ Medicare ကိုလည်း စရိတ်ပေးရန်မလိုဘဲ လက်ခံပါသည်။

MD Box

လက်ရှိ ကပ်ဘေးကို ကူညီပေးနေသည်။ MDBox သည် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဆောင်ရွက်ပေးသူနှင့်အတူ လူတိုင်းအတွက် ဈေးလျှော့ထားသည့် တယ်လီကျန်းမာရေး တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှု စီစဉ်ပေးပါသည်။

FetchMD

သင့်မိုဘိုင်းဖုန်းတွင် အက်ပ်ကို ထည့်သွင်းပါ။ ရက်ချိန်း မလိုအပ်သော်လည်း အာမခံ လိုအပ်ပါသည်။ နေ့စဉ် FetchMD တယ်လီကျန်းမာရေး ပြသမှုများမှာ \$59 ဖြစ်ပါသည်။ တယ်လီကျန်းမာရေး ပြသမှုများသည် သင့်ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် တစ်လျှောက်လုံးတွင် ကုန်ကျစရိတ် လျော့နည်းစေပါသည်။

အာမခံထားသူအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ

Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး၏ လက်တွဲလုပ်ကိုင်သူ CommUnityCare သည် အာမခံထားသူများအတွက် အခမဲ့ COVID-19 ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ စီစဉ်ပေးပါသည်။

CommUnityCare ဟော့လိုင်း

COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများ ခံစားနေရပြီး အာမခံထားဘဲ သတ်မှတ်ဆရာဝန် မရှိသူများသည် လမ်းညွှန်ချက်အတွက် CommUnityCare COVID-19 ဟော့လိုင်း ဖုန်းနံပါတ် 512-978-8775 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ ဆေးခန်း၊ အရေးပေါ်စောင့်ရှောက်မှု သို့မဟုတ် အရေးပေါ်ဌာနသို့ အထူးသဖြင့် အာမခံထားသူများ တိုက်ရိုက်မသွားစေရန် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူများသည် ဖုန်းများနှင့် အရေးကြီးလူနာများအတွက် ဖုန်းခေါ်ဆိုမှုများကို ဖြေကြားပေးပါမည်။ ယနေ့အတွက် ဟော့လိုင်းမှာ နံနက် 8 နာရီ - ညနေ 5 နာရီ ဖြစ်ပါသည်။

ကူးစက်မှုကို ကာကွယ်ရန် အဆင့်များ

Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးသည် [ပျားနာသူများထံမှ အခြားလူများထံ ကူးစက်မှုကို တားဆီးရန် လမ်းညွှန်ချက် \(PDF\)](#) ကို ဖန်တီးရေးသားထားပါသည်။

[စပိန် \(PDF\)](#)၊ [ဗီယက်နမ် \(PDF\)](#)၊ [တရုတ်ရိုးရှင်း \(PDF\)](#)၊ [တရုတ်ရိုးရာ \(PDF\)](#)၊ [ကိုရီးယား \(PDF\)](#)၊ [အုရိဒူ \(PDF\)](#)၊ [မြန်မာ \(PDF\)](#) နှင့် [အာရဗစ် \(PDF\)](#) ဖြင့်လည်း ရနိုင်ပါသည်။

- ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှု ရယူရန်မှလွဲ၍ အိမ်တွင်နေပါ
- သင့်ဆရာဝန်ထံ မပြသမီ ဖုန်းကြိုဆက်ထားပါ
- သင့် ရောဂါလက္ခဏာများကို စောင့်ကြည့်ပါ
- သင့်အိမ်တွင် အခြားလူများနှင့် တိရစ္ဆာန်များမှ သင့်ကိုယ်သင် သီးခြားခွဲထားပါ
- တစ်ကိုယ်ရေသုံးပစ္စည်းများကို မျှဝေခြင်းအား ရှောင်ကြဉ်ပါ
- ချောင်းဆိုး၊ နှာချေပါက ဖုံးအုပ်ပါ
- မကြာခဏ လက်ဆေးပါ
- ထိတွေ့မှုများသည့် မျက်နှာပြင်အားလုံးကို နေ့စဉ် သန့်ရှင်းပါ

COVID-19 အတည်ပြုလူနာများသည် အခြားလူများထံ ဆင့်ပွားရောဂါကူးစက်နိုင်ခြေ နည်းပါးသည်ဟု မသိရမချင်း နေအိမ်တွင် ဆက်လက်၍ သီးသန့်ခွဲနေရပါမည်။ သင့်နားချိန်နှင့် ပတ်သက်၍ သင့်အလုပ်ရှင်နှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။ အလုပ်ရှင်အချို့က သင့်အား နေအိမ်ကနေ အလုပ်လုပ်ရန် ခွင့်ပြုနိုင်ပါသည်။ လိုအပ်ပါက ဆရာဝန်၏ မှတ်ချက်အတိုင်း ထိန်းချုပ်မိန့်ကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

အလုပ်ပြန်ဆင်းရေး စံသတ်မှတ်ချက်

သင်ဖျားနာခဲ့ပြီး နေကောင်းလာပါက ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ထမ်းများအတွက် အလုပ်ပြန်ဆင်းမီ [ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးအတွက် စင်တာများမှ အလုပ်ပြန်ဆင်းရေး စံသတ်မှတ်ချက်](#) ကို လိုက်နာပေးပါ။

နေအိမ်တွင် ပြန်သက်သာလာပြီး သီးသန့်ခဲ့နေပါက၊ [ကိုယ်တိုင်ခွဲနေခြင်းကို ရပ်တန့်နည်းအတွက် CDC လမ်းညွှန်ချက်ကို လိုက်နာပါ။](#)

အိမ်တွင်နေသည့် COVID-19 (အိမ်တွင် သီးခြားနေသူဖြစ်သည်) ဖြစ်သူများက အောက်ပါ အခြေအနေများတွင် အိမ်တွင်နေခြင်းကို ရပ်တန့်နိုင်သည်-

၎င်းတို့သည် ကူးစက်နိုင်ဆဲ ဖြစ်မဖြစ် ဆုံးဖြတ်ရန် စမ်းသပ်မှု ရှိမည်မဟုတ်ပါက ဤအချက်သုံးခု ဖြစ်ပြီးနောက် ၎င်းတို့က အိမ်ကနေ ထွက်ခွာနိုင်ပါသည်-

- အနည်းဆုံး 72 နာရီကြာသည်အထိ ဖျားနာမှု မရှိပါ (ဖျားနာမှုကို သက်သာစေသည့် ဆေးဝါးများ မသုံးဘဲ သုံးရက်ကြာသည်အထိ ဖျားနာမှုမရှိ)

နှင့်

- အခြား ရောဂါလက္ခဏာများ တိုးလာသည် (ဥပမာ၊ ၎င်းတို့ ချောင်းဆိုးချိန် သို့မဟုတ် အသက်ရှူမဝမှု တိုးလာချိန်)

နှင့်

- ၎င်းတို့၏ ရောဂါလက္ခဏာများ ပထမဆုံး ပေါ်လာပြီးနောက် အနည်းဆုံး 7 ရက် ပြည့်သွားသည့်အခါ

အခြေခံပစ္စည်းများကို ရယူအသုံးပြုခြင်း

သင်သီးခြားခွဲနေစဉ် ကုန်စုံပစ္စည်းများနှင့် ဆေးဝါးများကဲ့သို့ အခြေခံပစ္စည်းများကို ရယူအသုံးပြုရန် လိုအပ်နိုင်ပါသည်။ Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးသည် အကူအညီပေးရန် ရင်းမြစ်များစာရင်းကို စုစည်းထားပါသည်။

အစားအသောက်/တစ်ကိုယ်ရေပစ္စည်းများ

- [HEB Curbside](#)

- ပို့ခ- ပထမဆုံးအကြိမ် အသုံးပြုသူများအတွက် အခမဲ့။ ဝန်ဆောင်မှုမှာ အခမဲ့ သို့မဟုတ် \$4.95 ဖြစ်သည်

- [Walmart Pick-Up](#)

- [Favor](#)

- ပို့ခ- \$4.95 တစ်ကိုယ်ရေ ဈေးဝယ်နှင့်အတူ ပစ္စည်းပို့မှုအတွက် \$7.95

- [Instacart](#)

ပို့ခ- သင်၏ ပထမဆုံးအကြိမ် မှာယူမှုအတွက် အခမဲ့ ပို့ဆောင်မှု၊ မှာယူမှုမှာ \$35.00 ကျော်ပါက \$3.99၊ မှာယူမှုမှာ \$35.00 အောက် ဖြစ်ပါက \$7.99၊ (၎င်းတို့၏ ထုတ်ကုန်တစ်ခုစီ၏ ဈေးနှုန်းတွင် ပို့ခ 3%၊ ဝန်ဆောင်ခ 5% နှင့် ယာဉ်မောင်းအတွက် သဒ္ဒါကြေး 5% ကိုပါ ကောက်ခံပါသည်)

သင်ကားမမောင်းပါက သို့မဟုတ် သူငယ်ချင်းမရှိပါက၊ ပစ္စည်းများ လာယူပြီး သင့်အိမ်သို့ ပို့ပေးမည့်လူမရှိပါက သို့မဟုတ် အစားအသောက်ဝယ်ရာတွင် အကူအညီလိုအပ်ပါက 512-972-6240 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

ဆေးဝါး

- [Walgreens](#)

- ပစ္စည်းပို့ခ- မှာယူမှုမှာ \$35 ကျော်ပါက အခမဲ့

- [CVS](#)

- ပစ္စည်းပို့ခ- COVID-19 ကြောင့် တည်နေရာအများစုအတွက် ပို့ခ လျော့ပေါ့ပေးပါသည်

- [HEB](#)

- [Walmart](#)

- ပို့ခ- အခမဲ့ ပုံမှန် ပစ္စည်းပို့မှု (အလုပ်ရက် 5-7 ရက်)၊ \$8 ဒုတိယနေ့ ပစ္စည်းပို့မှု၊ \$15 ညတွင်းချင်း ပစ္စည်းပို့မှု

သင့်ဆေးဆိုင်က ပစ္စည်းမပို့ပေးလျှင် ၎င်းတို့ထံ၌ ကားမောင်းဝင်၍ယူသွားနိုင်သော နေရာရှိမရှိ စစ်ပါ။ ဆေးဆိုင်သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပြီး ၎င်းတို့ သင့်ထပ်ဖြည့်ဆေးများကို တစ်ကြိမ် လာယူမှုအတွက် တခြားနေရာသို့ ပို့ပေးနိုင်မလား မေးမြန်းပါ။

စိတ်ခံစားချက်ဆိုင်ရာ အကူအညီ

သင်၏ စိတ်ခံစားချက်ဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များသည် အရေးကြီးပြီး သင်စိတ်ပူ သို့မဟုတ် စိတ်ပျက်နေပါက အကူအညီပေးနိုင်ပါသည်။ သင်စိုးရိမ်ခြင်းနှင့် စိတ်ပူခြင်း၊ အိပ်မပျော်ခြင်းများ၊ အစားများခြင်း သို့မဟုတ် အစားနည်းခြင်း သို့မဟုတ် ဝမ်းနည်းခြင်းနှင့် စိတ်ညစ်ခြင်းတို့ ခံစားရနိုင်ပါသည်။ ဤရောဂါလက္ခဏာများ ရှိပါက ဆက်သွယ်ရန်-

- Integral Care 24-Hour Crisis ဟော့လိုင်း- 512-472-အကူအညီ (4357)
- National Alliance for Mental Illness အကူအညီဖုန်းလိုင်း- 1-800-950-NAMI (6264) သို့မဟုတ် 741741 သို့ NAMI ဟု စာတိုပို့ပါ
 - တနင်္လာ-သောကြာ နံနက် 10:00 - ည 6:00 ET
- [နိုင်ငံတော် သေကြောင်းကြံ့မူ ကာကွယ်ရေး ဖုန်းလိုင်း](tel:1-800-273-8255)- 1-800-273-8255

သင်တွင် နောက်ထပ် စိုးရိမ်မှုများ သို့မဟုတ် မေးခွန်းများ ရှိပြီး အမှုတွဲမန်နေဂျာထံမှ နောက်ဆက်တွဲ သိလိုပါက၊ သင်၏ အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး စောင့်ကြည့်သူကို အသိပေးပါ။

စိတ်ကျန်းမာရေး

Texas ကျန်းမာရေးနှင့် လူသား ဝန်ဆောင်မှုများသည် COVID-19 ကပ်ရောဂါကြောင့် Texas တွင်နေထိုင်သူများ ခံစားနေရသည့် စိုးရိမ်မှု၊ စိတ်ဖိစီးမှု သို့မဟုတ် စိတ်ခံစားချက်ဆိုင်ရာ အခက်အခဲများကို ကူညီဖြေရှင်းပေးရန် 24/7 ပြည်နယ်တစ်ခုလုံး စိတ်ကျန်းမာရေး အကူအညီလိုင်းကို စတင်လုပ်ဆောင်ခဲ့သည်။

ဤရင်းမြစ်အသစ်က Texas တွင်နေထိုင်သူအားလုံးအတွက် COVID-19 ဆိုင်ရာ စိတ်ကျန်းမာရေး အကူအညီ ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ လူအများက **ပြည်နယ်တစ်ခုလုံးဆိုင်ရာ COVID-19 စိတ်ကျန်းမာရေး အကူအညီ ဖုန်းလိုင်း 833-986-1919** သို့ တစ်ပတ်လျှင် 7 ရက်၊ တစ်နေ့လျှင် 24 နာရီလုံး ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

လုပ်ငန်းများနှင့် စက်ရုံများအတွက် အချက်အလက်များ

အိမ်တွင်နေပါ ဘေးကင်းစွာနေပါ။ ပွင့်လင်းသော Texas အပါအဝင် COVID-19 ကာလအတွင်း Austin မြို့တော် လုပ်ငန်းများနှင့် စက်ရုံများအတွက် သတင်းအချက်အလက်များကို ဤနေရာတွင် ဖော်ပြထားသည်- ပြည်နယ်အနှံ့ ဖြန့်ချိရောင်းချသူ၊ အမိပွယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ၊ အလုပ်ရှင်များ၊ ဝန်ထမ်းများနှင့် သုံးစွဲသူများအတွက် လမ်းညွှန်ချက်နှင့် အခြားအရာများ။

[Texas ပြည်သူများကို ကူညီနေသည့် Texas ပြည်သူများကို ဖတ်ပါ- ပွင့်လင်းသော Texas အတွက် အုပ်ချုပ်ရေးမှူး၏ အစီရင်ခံစာ](#)

အိမ်မှာနေပါ - ဘေးကင်းစွာ လုပ်ပါ အမိန့်

ဤ [အိမ်မှာနေပါ - ဘေးကင်းစွာ လုပ်ပါ အမိန့်](#) ကို မတ်လ 24 ရက်၊ 2020 တွင် စတင်ထုတ်ပြန်ခဲ့ပြီး မေလ May 8 ရက်၊ 2020 အထိ ထပ်တိုးထားပါသည်။ အမိန့်အရ ပြည်သူများသည် COVID-19 ထပ်တိုး ကူးစက်မှုကို တားဆီးရန် အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များနှင့် အခြေခံ လုပ်ငန်းများအတွက်မှတစ်ပါး နေအိမ်တွင် နေရပါမည်။ ထို့အပြင်၊ အမိန့်အရ ပြည်သူများသည် အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များ သို့မဟုတ် အလုပ် ဆောင်ရွက်နေစဉ် ရက်ထည် မျက်နှာအကာအကွယ်များကို ဝတ်ဆင်ရပါမည်။

အမိန့်အရ မုချလိုအပ်ခြင်းမရှိသည့် လုပ်ငန်းများနှင့် လုပ်ဆောင်မှုအားလုံးကို ရပ်ဆိုင်းထားရမည်။ အခြေခံ လုပ်ငန်းများနှင့် အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန်များမှတစ်ပါး Austin မြို့တော်ရှိ လုပ်ငန်းများ သို့မဟုတ် အလုပ်ရုံတွင်း လုပ်ဆောင်မှုအားလုံးက မဆိုသလောက်သော အခြေခံ ဆောင်ရွက်မှုများမှလွဲ၍ မြို့တော်တွင်းရှိ အလုပ်ရုံများတွင် လုပ်ဆောင်ချက်အားလုံးကို ရပ်ဆိုင်းထားရမည်။ ဝန်ထမ်းများ သို့မဟုတ် ကန်ထရိုက်တာများက ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်နေအိမ်များတွင် ဆောင်ရွက်သည့် လုပ်ငန်းများအတွက် ၎င်းတို့၏ အလုပ်များကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည် (ဥပမာ၊ အိမ်ကနေ အလုပ်လုပ်ခြင်း)။

အခြေခံ လုပ်ငန်းများသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းနှင့် မျက်နှာအကာအကွယ် သတ်မှတ်ချက်များကို မဖြစ်မနေ လိုက်နာရမည်။

ပွင့်လင်းသော Texas- ပြည်နယ်အနှံ့ ဖြန့်ချိရောင်းချသူ အမိန့်

ဧပြီလ 24 ရက်၊ 2020 ခုနှစ် သောကြာနေ့မှစ၍ Texas ပြည်နယ်သည် အခြေခံ မဟုတ်သည့် လက်လီ ဝန်ဆောင်မှုများအနေဖြင့် လာယူမှု၊ မေးလ်ဖြင့် ပေးပို့မှု သို့မဟုတ် ဝယ်ယူ၏ တံခါးဝသို့ ပေးပို့မှုတို့ဖြင့်

ဝန်ဆောင်မှုများ ပြန်လည်ပေးအပ်နိုင်သည်ဟု ကြေညာခဲ့ပါသည်။ အုပ်ချုပ်ရေးမှူး Abbott ထုတ်ပြန်ခဲ့သည့် [Texas ပြည်နယ် အမိန့်](#) တွင် [လက်လီ လုပ်ငန်းများ၏ အလုပ်ရှင်များ၊ ဝန်ထမ်းနှင့် ဝယ်ယူမှုများအတွက် လမ်းညွှန်ချက်ကို ဖော်ပြထားပါသည်။](#)

အမိန့်ပြဋ္ဌာန်းရေးနှင့် လေးစားလိုက်နာမှု

ရောဂါ ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုကို ရပ်တန့်နိုင်စေရန် အသိပညာပေးရေး၊ ဆန္ဒအလျောက် လေးစားလိုက်နာမှုနှင့် တစ်ဦးချင်း ကိုယ်ပိုင် တာဝန်သိမှုတို့အပေါ် အဓိက အာရုံစိုက်လုပ်ဆောင်ပါသည်။

Austin မြို့တော်၊ စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းရေး၊ မီးသတ်နှင့် ရဲဌာနတို့သည် ဤအမိန့်ကို ချိုးဖောက်သည့် လုပ်ငန်းများအပေါ် တိုင်ကြားချက်များကို ဖြေရှင်းပေးနေပါသည်။ ထပ်တလဲလဲ ကျူးလွန်သူများသည် တစ်ကြိမ်ကျူးလွန်မှုအတွက် အများဆုံး ဒဏ်ငွေ \$1,000 နှင့် ထောင်ဒဏ် ရက်ပေါင်း 180 အထိ သို့မဟုတ် နှစ်ခုလုံး ဒဏ်ပေးခံရနိုင်ပါသည်။

Texas တက္ကသိုလ်မှ [နောက်ဆုံးရ သရုပ်ပြ ဒေတာ](#) က COVID-19 ကူးစက်နှုန်းများကို ပြသပါသည်။ မြို့တော်၏ အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးဌာနသည် Austin လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း၏ လေးစားလိုက်နာမှုကို အားကိုးနေရပါသည်။

လုပ်ငန်းများ၊ စက်ရုံများနှင့် အလုပ်အမျိုးအစားများအတွက် လမ်းညွှန်

ဖော်ပြပါ ဇယားကွက်သည် စက်ရုံများ၊ လုပ်ငန်းအမျိုးအစားများနှင့် သီးခြားအလုပ်များအတွက် ရှင်းလင်းချက်ကို အတတ်နိုင်ဆုံး ဖော်ပြထားပါသည်။ ဖော်ပြပါ လမ်းညွှန်ချက်နှင့်အညီ လုပ်ငန်းတစ်ခုစီက ၎င်းတို့မှာ အခြေခံအလုပ်ဟုတ်မဟုတ် ဆုံးဖြတ်ပေးရမည်။ Austin မြို့တော်သည် ဤကာလအတွင်း လုပ်ငန်းတစ်ခု ဖွင့်သင့် သို့မဟုတ် ပိတ်သင့်သည်နှင့် ပတ်သက်၍ တစ်ဦးချင်းအလိုက် လုပ်ငန်းများဆိုင်ရာ ဥပဒေ အကြံဉာဏ် ပေးမည် မဟုတ်ပါ။

စက်ရုံ	ခွင့်ပြုချက်များသည် မေလ 8 ရက်နေ့ 2020 အထိ အိမ်တွင်နေပါက - ဘေးကင်းစွာ လုပ်ပါ အမိန့်အပေါ် မူတည်ပါသည်
စာရင်းကိုင်များ/CPA များ	နေအိမ်မှ အလုပ်လုပ်လျှင် သို့မဟုတ် ဥပဒေအရ မဖြစ်မနေ လုပ်ရမည့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဆောင်ရွက်ရန် သို့မဟုတ် အခြေခံ လုပ်ငန်း၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန် သို့မဟုတ်

	အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်လျှင်သာ ခွင့်ပြုထားသည်။
အပ်စိုက်ကုထုံး အလုပ်ရုံ	ခွင့်ပြုထားသည်။
တိရစ္ဆာန် ဂေဟာ	ခွင့်ပြုထားသည်။
အမည်မသိ/အကူအညီအဖွဲ့များ (AAI NA နှင့် အခြား 12 ဆင့် ပရိုဂရမ်များ)	ခွင့်ပြုထားသည်။ အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်း အကြံပြုချက်များကို အသုံးပြုပါ။
နေအိမ်ခန်း ပြုပြင်မှုများ	ချက်ချင်း ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သော အရေးပေါ် အခြေအနေများအတွက်သာ ဆောင်ရွက်ရန် ခွင့်ပြုထားသည်။
အသုံးအဆောင် ပြုပြင်ခြင်းနှင့် ရောင်းချခြင်း	နေအိမ်၏ ဘေးကင်းရေး၊ သန့်ရှင်းရေးနှင့် အခြေခံ လုပ်ဆောင်မှုအတွက်သာ ခွင့်ပြုထားသည်။
ဗိသုကာပညာ ဝန်ဆောင်မှုများ	ဆောက်လုပ်ရေးနှင့် ဆက်စပ်ပါက၊ နေအိမ်မှ အလုပ်လုပ်လျှင် သို့မဟုတ် ဥပဒေအရ မဖြစ်မနေ လုပ်ရမည့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဆောင်ရွက်ရန် သို့မဟုတ် အခြေခံ လုပ်ငန်း၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန် သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်လျှင်သာ ခွင့်ပြုထားသည်။
အားကစားကွင်း (မိုးလုံလေလုံနှင့် အပြင်ဘက်)	ပိတ်ထားသည်။ လူဘယ်နှစ်ဦးဖြစ်စေကိုမျှ ခွင့်မပြုပါ။
ပန်းချီပြခန်း	ပိတ်ထားသည်။ လူဘယ်နှစ်ဦးဖြစ်စေကိုမျှ ခွင့်မပြုပါ။
ပန်ချီပစ္စည်းများ	မျက်နှာအကာအကွယ်များအတွက် လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းများ ရောင်းချရန်သာ ခွင့်ပြုသည်။
ကဇာတ်ရုံ	ပိတ်ထားသည်။ လူဘယ်နှစ်ဦးဖြစ်စေကိုမျှ ခွင့်မပြုပါ။

မော်တော်ယာဉ် အရောင်းဆိုင်များ	ခွင့်ပြုထားသည်။
မော်တော်ယာဉ် ပြုပြင်ရေးနှင့် ပစ္စည်းရောင်းချမှုများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဘားများ	ပိတ်ထားသည်။ လူဘယ်နှစ်ဦးဖြစ်စေကိုမျှ ခွင့်မပြုပါ။
အလှကုန်ပစ္စည်းဆိုင်	ခွင့်ပြုထားသည်။
စက်ဘီးပြင်ဆိုင်	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဇီဝဆေးဝါး ကုမ္ပဏီများ၊ သုတေသန အဖွဲ့အစည်းများ၊ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စက်ပစ္စည်း ကုမ္ပဏီများနှင့် စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ အသင်းအဖွဲ့များ။	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဘိုးလင်းပစ်ကွင်း	ပိတ်ထားသည်။ ပါဆယ်ရောင်းသည့် အစားအသောက်ဆိုင်များကို ခွင့်ပြုထားသည်။
ကားရေဆေးခြင်း	ထိကိုင်ရန်မလိုသော အလိုအလျောက် အလုပ်ရုံများနှင့် အခြေခံ လုပ်ငန်း၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် ဆောင်ရွက်နေသည့် မော်တော်ယာဉ်များကို ပြုပြင်ပေးရန် လိုအပ်ချိန်တွင် ခွင့်ပြုထားသည်။
CBD လက်လီ	ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လုပ်ဆောင်ချက်အဖြစ် သတ်မှတ်ချက်မမီမချင်း ပိတ်ထားသည်။
ကုသိုလ်ဖြစ် အဖွဲ့အစည်းများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
ရေပေးသွင်းရေးအတွက် ဓာတုပစ္စည်း ပေးသွင်းသူ	ခွင့်ပြုထားသည်။

<p>ကလေးသူငယ် ကာကွယ်ရေး ဝန်ဆောင်မှုများ</p>	<p>ပြည်နယ်အမိန့်ဖြင့် ဆုံးဖြတ်ထားသည်</p>
<p>ကလေးထိန်း သို့မဟုတ် နေ့ကလေးထိန်းဂေဟာ</p>	<p>ဤအမိန့်တွင် လွတ်ငြိမ်းခွင့်ရှိသူများ ခွင့်ပြုထားသည့်အတိုင်း အလုပ်လုပ်နိုင်စေရန် ဝန်ဆောင်မှုပေးနေပါက ခွင့်ပြုပါသည်။</p> <p>ကလေးထိန်းကျောင်းများသည် အောက်ပါ မဖြစ်မနေ လိုက်နာရမည့် သတ်မှတ်ချက်များအညီ တတ်နိုင်သမျှ ဆောင်ရွက်ရပါမည်-</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ကလေးစောင့်ရှောက်မှုကို သတ်မှတ် 10 ဦး သို့မဟုတ် ယင်းအောက်ဦးရေဖြင့် ဆောင်ရွက်ရမည် ("သတ်မှတ်ဆိုသည်မှာ နေ့စဉ် ကလေး 10 ဦး သို့မဟုတ် ယင်းအောက်ဦးရေကို အမြဲ တစ်အုပ်စု ထားရှိခြင်း ဖြစ်သည်) 2. ကလေးများက အုပ်စုတစ်ခုမှ နောက်တစ်ခုသို့ မပြောင်းရပါ။ 3. ကလေးအုပ်စုတစ်စုအထက်ကို ဂေဟာတစ်ခုတွင် စောင့်ရှောက်နေပါက အုပ်စုတစ်စုကို သီးခြားအခန်းတွင် ထားရမည်။ <p>အုပ်စုကို အချင်းချင်း ရောနှောခြင်း မပြုရပါ။</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. ကလေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများသည် ကလေးငယ်အုပ်စုတစ်ခုတည်းတွင် ရှိနေရမည်။
<p>အကြောပြင်ဆေးခန်း</p>	<p>ခွင့်ပြုထားသည်။</p>
<p>အဝတ်ဆိုင်</p>	<p>အခြေခံ လုပ်ငန်းများ၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန်များ သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်အတွက် ဝန်ဆောင်မှုပေးရန် သို့မဟုတ် ဆက်လက်လုပ်ကိုင်နေသော ဘေးကင်းရေးနှင့် လုပ်ဆောင်မှုများအတွက် လိုအပ်ပါက အခြေခံ နယ်မြေများတွင် လုပ်ကိုင်သည့် သုံးစွဲသူများထံ ဝန်ဆောင်မှုပေးရန်သာ ခွင့်ပြုပါသည်။</p>
<p>စီးပွားရေးလုပ်ငန်း အစောင့်</p>	<p>အခြေခံလုပ်ငန်း၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန် သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ချိန်တွင်သာ ခွင့်ပြုပါသည်။</p>

အစည်းအဝေးခန်းမ	ပိတ်ထားသည်။ လူဘယ်နှစ်ဦးဖြစ်စေကိုမျှ ခွင့်မပြုပါ။
ဆောက်လုပ်ရေး လုပ်ငန်း	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဖွင့်ပြီးသည်နှင့် ပါဆယ် ရောင်းချမည့် စားသောက်ဆိုင်အတွက် ဆောက်လုပ်ရေး	ခွင့်ပြုထားသည်။
ကုန်စုံဆိုင်	ခွင့်ပြုထားသည်။
ကစားကွင်း ဆောက်လုပ်ရေး	ခွင့်ပြုထားသည်။
အလုပ်အပ လုပ်ငန်း (အလုပ်ပြင်ဆိုင်/ရေပူစမ်း/ဆံသဆိုင်များ)	ပိတ်ထားသည်။
အလှအပ သင်တန်းကျောင်း	အဝေးမှ သင်ကြားမှုသာ ပြုလုပ်ခွင့်ရှိသည်။
ကျေးလက်ကလပ်	ပိတ်ထားသည်။ သို့သော် ဂေါက်သီးရိုက်ကွင်းကို ကြည့်ပါ။
အအေးဓာတ်သိုကုထုံးခန်း	ပိတ်ထားသည်။
ဒေတာစင်တာ လုပ်ဆောင်မှုများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
နေ့စားလုပ်သားများ	အခြေခံ လုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ခြင်းအတွက် လိုအပ်ပါက ခွင့်ပြုသည်။
စက်တပ်ယာဉ်များဌာန	ပြည်နယ်အမိန့်ဖြင့် ဆုံးဖြတ်သည်။
ခွေးဂေဟာများနှင့် ထိန်းသိမ်းရေး အဆောက်အအုံများ	ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်း၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ်လုပ်နေမှသာ ခွင့်ပြုသည် (တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသမှု)။
အိမ်အရောက်ရောင်းချမှုများ	ပိတ်ထားသည်။
လျှပ်စစ် အင်ဂျင်နီယာများ	ဆောက်လုပ်ရေးနှင့် သက်ဆိုင်ပါက၊ အိမ်ကနေ အလုပ်လုပ်ပါက သို့မဟုတ် အခြေခံ လုပ်ငန်း၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန်

	သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ချိန်တွင် ခွင့်ပြုပါသည်။
လျှပ်စစ်ကျွမ်းကျင်သူများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
အင်ဂျင်နီယာများ	ဆောက်လုပ်ရေးနှင့် သက်ဆိုင်ပါက၊ အိမ်ကနေ အလုပ်လုပ်ပါက သို့မဟုတ် အခြေခံ လုပ်ငန်း၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန် သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ချိန်တွင် ခွင့်ပြုပါသည်။
တခြားမြို့/ကောင်တီတွင် အလုပ်လုပ်ရန် သွားလာနေသည့် အခြေခံ ဝန်ထမ်းများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန်များ	<p>ခွင့်ပြုထားသည်။</p> <p>ကျန်းကျိန်ထားသော ရဲဌာန၊ မီးသတ်ဌာနနှင့် အရေးပေါ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ ဝန်ထမ်း၊ အရေးပေါ် စီမံခန့်ခွဲရေး ဝန်ထမ်းနှင့် အရေးပေါ် ဆောင်ရွက်ပေးသူများ၊ တရားရုံးဝန်ထမ်းအားလုံး၊ ကလေးသူငယ် ကာကွယ်ရေးနှင့် ကလေးသူငယ် ဖူလုံရေး ဝန်ထမ်း၊ စစ်ဘက် ဝန်ထမ်းအားလုံး၊ ကာကွယ်ရေးဌာနထံ ကုန်ကြမ်းများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ ဆောင်ရွက်ပေးနေသည့် ကာကွယ်ရေးဌာနနှင့် စာချုပ်ချုပ်ဆို၍ လုပ်ဆောင်နေသော ကုမ္ပဏီများတွင်လုပ်ကိုင်နေသည့် ဝန်ထမ်းအားလုံး (ကန်ထရိုက်အခွဲများ အပါအဝင်)၊ ပြည်နယ် သို့မဟုတ် ဖက်ဒရယ် အစိုးရ ဥပဒေအရ ဆက်လက်လုပ်ကိုင်ရန် လိုအပ်သည့် ပြည်နယ် သို့မဟုတ် ဖက်ဒရယ် အစိုးရ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် စာချုပ်ချုပ်ဆို၍ လုပ်ဆောင်နေသော ကုမ္ပဏီများတွင်လုပ်ကိုင်နေသည့် ဝန်ထမ်းအားလုံး (ကန်ထရိုက်အခွဲများ အပါအဝင်)၊ ဥပဒေမိုးရေး ဝန်ထမ်းအားလုံး၊ အိမ်ရာနှင့် ဂေဟာ ဝန်ထမ်းအားလုံးနှင့် အခြေခံ လုပ်ငန်းများ သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်များအတွက်</p>

	<p>လုပ်ကိုင်နေသည့် အခြားလူများ ဤအမိန့်မှ အမျိုးအစားအလိုက် ကင်းလွတ်ခွင့်ရှိပါသည်။</p> <p>ဤအမိန့်သည် ဖက်ဒရယ် သို့မဟုတ် ပြည်နယ် အစိုးရနှင့် မသက်ဆိုင်ပါ။</p>
ပွဲစင်တာ/ကွင်းပြင်	<p>ပိတ်ထားသည်။</p> <p>လူဘယ်နှစ်ဦးဖြစ်စေကိုမျှ ခွင့်မပြုပါ။</p>
အထည်ဆိုင်များ	<p>မျက်နှာအကာအကွယ်များအတွက် လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းများ ရောင်းချရန်သာ ခွင့်ပြုသည်။</p>
မိသားစုပိုင် လုပ်ငန်း	<p>လုပ်ငန်းအမျိုးအစားအတွက် အမျိုးအစားခွဲပြုမှုကို ကြည့်ပါ။ မိသားစု ပိုင်ဆိုင်ပြီး လုပ်ကိုင်နေမှုအရ ခွဲခြား ဆက်ဆံမှု မရှိပါ။</p>
ကားထဲမှပင်မှာစားနိုင်သော အမြန်ရအစားအစာ	<p>ခွင့်ပြုထားသည်။</p>
ငွေကြေး ဝန်ဆောင်မှုများ လုပ်ငန်း	<p>ခွင့်ပြုထားသည်။</p> <p>ဘဏ်များနှင့် ဆက်စပ် ငွေကြေးအဖွဲ့အစည်းများ၊ သုံးစွဲသူ ငွေထုတ်ချေးသူများ၊ အရောင်းနှင့် ငွေကြေး ထုတ်ချေးသူများ၊ ခရက်ဒစ်ယူနီယံများ၊ ရာပြတ်များ၊ စာချုပ်ကုမ္ပဏီများ၊ အပေါင်ဆိုင်များ၊ ငွေချေးစာချုပ်များ ထုတ်ပေးသူများ၊ အာမခံ ကုမ္ပဏီများ၊ အာမခံသူများ၊ အေးဂျင့်များ၊ ပွဲစားများနှင့် ဆက်စပ် အာမခံ တောင်းဆိုမှုများနှင့် အေးဂျင့်များ။</p>
မီးသတ်ပိုက်ခေါင်း ထုတ်လုပ်ခြင်း/တပ်ဆင်ခြင်း	<p>ခွင့်ပြုထားသည်။</p>
ပန်းအလှဆင်သူများ	<p>ပိတ်ထားသည်။ ပစ္စည်းပို့ရေး ဝန်ဆောင်မှုများ အပါအဝင်။</p>
အစားအသောက် စိုက်ပျိုးရေး/ဥယျာဉ်များ	<p>ခွင့်ပြုထားသည်။</p>

နာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးသူများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဆီဆိုင်များ၊ ကားပစ္စည်းနှင့် ကားပြုပြင်ရေး အလုပ်များ	ခွင့်ပြုထားသည်။
လောင်းကစားရုံများ	ပိတ်ထားသည်။
ဂေါက်ကွင်းများ (သီးသန့်)	အွန်လိုင်းစာရင်းသွင်းစနစ်နှင့် အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို လိုက်နာကျင့်သုံး၍ ခွင့်ပြုထားသည်။ Williamson County တွင် ဖြစ်ပါက ကန့်သတ်ချက်များအတွက် ကောင်တီအမိန့်ကို ဖတ်ပါ
ဂေါက်ကွင်းများ (အများပြည်သူ၊ မြို့တော်ပိုင်)	ပြုပြင်ရေး လုပ်ငန်းများ။ www.austintexas.gov/parkclosures ကို ဝင်ကြည့်ပါ
Goodwill လက်လီ စတိုးဆိုင်များနှင့် အလှူဒါနနေရာများ	ပိတ်ထားသည်။
ကုန်စုံဆိုင်	ခွင့်ပြုထားသည်။ ကုန်စုံဆိုင်များ၊ စူပါမားကတ်များ၊ ကိုယ်တိုင်ရှင်းရသော စတိုးဆိုင်များ၊ လယ်သမား ဈေးများ၊ အစာအသောက် ရောင်းချရာနေရာများ၊ အလွယ်တကူဝယ်နိုင်သော စတိုးဆိုင်များ၊ အရက်ဆိုင်များနှင့် စည်သွတ်ဘူး စားစရာ၊ ကုန်ခြောက်များ၊ လတ်ဆတ်သော သစ်သီးများနှင့် ဟင်းရွက်များ၊ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန် အစားစာ၊ လတ်ဆတ်သော အသား၊ ငါးနှင့် ကြက်ဘဲနှင့် အခြား အိမ်ထောင်စု စားသုံးသူ ထုတ်ကုန်များ (သန့်ရှင်းရေးနှင့် တစ်ကိုယ်ရေသုံး ပစ္စည်းများ ကဲ့သို့) အခြား ရောင်းချသူများ ပါဝင်ပါသည်။ ၎င်းတွင် ကုန်စုံပစ္စည်းများနှင့် အခြား ကုန်စုံမဟုတ်သည့် ထုတ်ကုန်များအပြင် နေအိမ်များ၏ ဘေးကင်းရေး၊ သန့်ရှင်းရေးနှင့် အခြေခံ လုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သည့် အခြား ထုတ်ကုန်များလည်း ပါဝင်ပါသည်။

	<p>ကုန်စုံဆိုင်များတွင် ဖော်ပြပါတို့ ကန့်သတ်ချက်များ ထားရှိရမည်- ဝယ်ယူသူများသည် အပြင်နှင့် အတွင်း တန်းစီသောအခါ အချင်းချင်းကြားတွင် အနည်းဆုံး ခြောက်ပေခွာနေရမည်။</p> <p>လူတစ်ဦးစီက ဈေးဝယ်လှည်းကို ယူရမည် သို့မဟုတ် နေရာခြားအမှတ်အသားများကို ကြမ်းပေါ်တွင် ထားရှိရမည်။</p> <p>ကားပေါ်ကပင်ဝယ်ယူခြင်း၊ လမ်းဘေးတွင်လာယူခြင်း သို့မဟုတ် ပစ္စည်းပို့ ဝန်ဆောင်မှုများကို ပို၍ အသုံးပြုလာအောင် ဆောင်ရွက်ရမည်။</p> <p>စတိုးဆိုင်တွင် တစ်ကြိမ်လျှင် ခွင့်ပြုထားသော ဝယ်ယူ ဦးရေကို ကန့်သတ် သို့မဟုတ် သီးခြားထားရှိရမည်။</p> <p>အချင်းချင်း ခြောက်ပေ (6) အတွင်း အလုပ်လုပ်နေသည့် ဝန်ထမ်းဦးရေကို အနည်းဆုံး လျှော့ချရမည်။</p> <p>လက်ဆေးရန်နေရာများ၊ လက်သန့်ဆေးရည်များနှင့် တစ်ရှူးများ ထားပေးရမည်။</p> <p>မီးဖိုခုံမျက်နှာပြင်များ၊ တံခါးလက်ကိုင်ဖုများနှင့် လက်ရန်များ ကဲ့သို့ ထိကိုင်မှုများသော နေရာများကို မကြာခဏ သန့်ရှင်းပါ။</p>
သေနတ်အရောင်းဆိုင်များ	ပြည်ထောင်စု ရှေ့နေချုပ်၏ အကြံဉာဏ်ဖြင့် ခွင့်ပြုသည်
ကာယလေ့ကျင့်ခန်းမများ	ပိတ်ထားသည်။
ကုန်မှာပစ္စည်းဆိုင်	ခွင့်ပြုထားသည်။
ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အဆောက်အအုံများ	<p>ခွင့်ပြုထားသည်။</p> <p>စောင့်ရှောက်ပေးသူများ၊ ဆေးရုံနှင့် ဓာတ်ခွဲခန်းများ၊ ဆေးရုံများ၊ ဆေးခန်းများ၊ သွားဆရာဝန်များ၊ ဆေးဆိုင်များ၊ ဆေးဝါးနှင့် ဇီဝနည်းပညာ ကုမ္ပဏီများ၊ အခြား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အဆောက်အအုံများ၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဆောင်ရွက်ပေးသူများ၊ အိမ်တွင်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုများ၊ စိတ်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများနှင့်</p>

	<p>ဆက်စပ် လက်လီဆိုင်များ သို့မဟုတ် အခြား ဆက်စပ်သော နှင့်/သို့မဟုတ် အထောက်အကူ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုများ ပါဝင်ပါသည်။</p> <p>တိရစ္ဆာန်ကုသမှုနှင့် တိရစ္ဆာန်များအတွက် စီစဉ်ထားသည့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအပြင် အသက်ကယ် ဝန်ဆောင်မှုများလည်း ပါဝင်ပါသည်။</p> <p>ကိုယ်ကာယ လေ့ကျင့်ခန်း ခန်းမများ သို့မဟုတ် အီလက်ထရွန်နစ် စီးကရက် ထုတ်ကုန်များ သို့မဟုတ် ဆေးခြောက် ထုတ်ကုန်များကို အထူးပြုသည့် လက်လီ အရောင်းဆိုင်များ မပါဝင်ပါ။</p>
အိမ်ဆောက်သူများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန် အစားအသောက် ပစ္စည်း	<p>ခွင့်ပြုထားသည်။</p> <p>တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန်၏ ရောဂါစစ်ဆေးမှုအရ တိရစ္ဆာန်၏ ကျန်းမာရေးအတွက် လိုအပ်မှသာလျှင် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်ပစ္စည်းဆိုင်များက အမွေးသန့်စင်ရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို ဆောင်ရွက်ပေးရမည်။</p>
အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန် ဝန်ဆောင်မှုများ (အမွေးသန့်စင်ရေး)	<p>တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန်၏ ရောဂါစစ်ဆေးမှုအရ တိရစ္ဆာန်၏ ကျန်းမာရေးအတွက် လိုအပ်သည့် အထောက်အပံ့ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုများကို ပံ့ပိုးပေးမှသာလျှင် ခွင့်ပြုပါသည်။</p>
မြင်းသံခွာတပ်ခြင်း (ခွာကျွမ်းကျင်သူများ)	<p>ဝန်ဆောင်မှုသည် ကျန်းမာရေးအခြေအနေ သို့မဟုတ် တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန်၏ရောဂါစစ်ဆေးမှုအရ လိုအပ်သည့်ကုသမှုနှင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်းအတွက် အထောက်အကူဖြစ်မှသာ ခွင့်ပြုသည်။</p>
ဟိုတယ်များနှင့် မိုတယ်များ (ကာလတို ငှားရမ်းမှုများ အပါအဝင်)	ခွင့်ပြုထားသည်။

အိမ်သန့်ရှင်းရေး ဝန်ဆောင်မှုများ	နေအိမ် ဘေးကင်းရေး၊ သန့်ရှင်းရေးနှင့် အခြေခံ လုပ်ဆောင်မှုအတွက် လိုအပ်မှသာ ခွင့်ပြုသည်။
HVAC နှင့် ရေခဲရိုက်ခြင်း	ခွင့်ပြုထားသည်။
HVAC အင်ဂျင်နီယာများ	ခွင့်ပြုထားသည်
သတင်းအချက်အလက် နည်းပညာ	ခွင့်ပြုထားသည်
အာမခံလုပ်ငန်း- ပွဲစားများနှင့် အေးဂျင့်များ	အိမ်ကနေလုပ်မှသာ ခွင့်ပြုသည်။
IT မန်နေဂျာများ	ခွင့်ပြုထားသည်
မြေတိုင်းခြင်း	အခြေခံလုပ်ငန်း၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန် သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆက်လုပ်ရန် ဆောက်လုပ်ရေးနှင့် ဆက်စပ်ချိန် သို့မဟုတ် လိုအပ်ချက်ချိန်တွင် ခွင့်ပြုသည်။
ဥယျာဉ်ပန်းခြံရှင်းလင်းရေး (စီးပွားဖြစ်)	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဥယျာဉ်ပန်းခြံရှင်းလင်းရေး (ရပ်ကွက်တွင်း)	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဥပဒေလုပ်ငန်းများ	နေအိမ်မှ အလုပ်လုပ်လျှင် သို့မဟုတ် ဥပဒေအရ မဖြစ်မနေ လုပ်ရမည့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဆောင်ရွက်ရန် သို့မဟုတ် အခြေခံ လုပ်ငန်း၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန် သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်လျှင်သာ ခွင့်ပြုထားသည်။
မြက်ခင်းရှင်းလင်းရေး ဝန်ဆောင်မှုများ	ဥယျာဉ်ပန်းခြံရှင်းလင်းရေးကို ကြည့်ပါ
အဝတ်လျှော် ဝန်ဆောင်မှုများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
အသက်ကယ်ဆယ်ရေးသင်တန်း	သင်တန်း၏ အဓိက ပို့ချမှုမှာ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အလုပ်အတွက်၊ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကျွမ်းကျင်သူအတွက်

	သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးရာတွင် ထိခိုက်မှုများကို ရှောင်ကြဉ်ရန် ဖြစ်ပါက ခွင့်ပြုပါသည်။ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအခြေပြု သင်တန်းကို ခွင့်မပြုပါ။
မေးလ်/ပစ္စည်းပို့ ဝန်ဆောင်မှုများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဈေးဆိုင်တန်း	ပိတ်ထားသည်။
ထုတ်လုပ်ရေး (HEPA လေစစ်များ)	ခွင့်ပြုထားသည်။
ထုတ်လုပ်ရေး (ခွဲစိတ်ခန်းသုံး နှာခေါင်းစည်းများ)	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဗီဇိုင်းအခွေများ သို့မဟုတ် အထွေထွေ ပစ္စည်းများ ထုတ်လုပ်ခြင်း	ပိတ်ထားသည်။
အရက် (အရက်ချက်သူများ သို့မဟုတ် တီယာချက်သူ) ထုတ်လုပ်မှု/ဖြန့်ချိမှု	ခွင့်ပြုထားသည်
အနှိပ်ခန်း	ပိတ်ထားသည်။
မီဒီယာ (သတင်း)	ခွင့်ပြုထားသည်။
အစည်းအဝေးခန်းမ	ပိတ်ထားသည်။ လူဘယ်နှစ်ဦးဖြစ်စေကိုမျှ ခွင့်မပြုပါ။
ရွှေ့လျား ခွေး/အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန် အမွေးသန့်ရှင်းရေး	ပေးနေသည့် ဝန်ဆောင်မှုများသည် တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန်က ဖော်ထုတ်လိုက်သော တိရစ္ဆာန်၏ ရောဂါဝေဒနာအတွက် လိုအပ်လျှင် ခွင့်ပြုပါသည်။
ရွှေ့ပြောင်းပေးသူများ သို့မဟုတ် ရွှေ့ပြောင်းရေး ဆောင်ရွက်ပေးသူများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
ရုပ်ရှင်ရုံ	ပိတ်ထားသည်။ လူဘယ်နှစ်ဦးဖြစ်စေကိုမျှ ခွင့်မပြုပါ။

ဂီတ စတူဒီယို	ပိတ်ထားသည်။ လူဘယ်နှစ်ဦးဖြစ်စေကိုမျှ ခွင့်မပြုပါ။
တိုက်ရိုက်ထုတ်လွှင့်သည့် ဂီတ ထုတ်လုပ်သူ	အိမ်ကနေလုပ်မှသာ ခွင့်ပြုသည်။
ကလေးထိန်းများ/အိမ်တွင်း ကလေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
နိုက်ကလပ်	ပိတ်ထားသည်။
ပစ္စည်းအသစ်အဆန်း ဆိုင်များ	ကုန်စုံပစ္စည်းများအတွက် ရောင်းချခြင်း ရည်ရွယ်ချက်အတွက်သာ ခွင့်ပြုပါသည်။ ကုန်စုံဆိုင်များအတွက် လမ်းညွှန်ချက်ကို မဖြစ်မနေ လိုက်နာရမည်။
ဘိုးဘွားရိပ်သာများ၊ အငြိမ်းစားနှင့် ကာလရှည် စောင့်ရှောက်ရေး အဆောက်အအုံများ	ခွင့်ပြုထားသည်။ သို့သော် အလွန်အရေးကြီးသော အကူအညီ ပေးရန်မှလွဲ၍ အငြိမ်းစားနှင့် ကာလရှည် စောင့်ရှောက်ရေး အဆောက်အအုံများတွင် ဧည့်သည် လက်မခံပါ။
မျက်မှန်ပါဝါဂျာဖွေပေးသူပညာရှင်ဆိုင်	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဆေးသုတ် ဝန်ဆောင်မှုများ	ဆောက်လုပ်ရေးနှင့် ဆက်စပ်၍သာ ခွင့်ပြုထားသည်။
ပန်းခြံများ (အများပြည်သူ)	ပြုပြင်ရေး လုပ်ငန်းများ။ မြို့တော်နှင့် ကောင်တီ ပန်းခြံများဆိုင်ရာ နောက်ထပ် အသေးစိတ်များအတွက်၊ www.austintexas.gov/parkclosures ၊ https://parks.traviscountytexas.gov/news/ ၊ www.wilco.org/parks သို့ ဝင်ကြည့်ပါ
ပါတီ (လူစုလူဝေးများ)	အိမ်ကနေ သို့မဟုတ် အဝေးရောက်နည်းလမ်းများသုံး၍ ဆောင်ရွက်မရနိုင်ဘဲ အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို မလိုက်နာသည့် ဘာသာရေးဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုအတွက် လူဦးရေဘယ်မည်မျှဖြစ်စေကိုမျှ ခွင့်မပြုပါ။

လစာငွေထုတ်ချေးသူများနှင့် အပေါင်ဆိုင်များ	ခွင့်ပြုထားသည်။
အနုပညာပြခန်း ဖွင့်ခြင်း	ပိတ်ထားသည်။
အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန် အစားအသောက် ပစ္စည်း	ခွင့်ပြုထားသည်။
အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန် ဝန်ဆောင်မှုများ (အမွေးသန့်စင်ရေး)	တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန်၏ ရောဂါစစ်ဆေးမှုအရ တိရစ္ဆာန်၏ ကျန်းမာရေးအတွက် လိုအပ်သည့် အထောက်အပံ့ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုများကို ပံ့ပိုးပေးမှသာလျှင် ခွင့်ပြုပါသည်။
အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန် ဝန်ဆောင်မှုများ (ထိန်းကျောင်းပေးခြင်း)	ဖျားနာနေ၍ သို့မဟုတ် ရောဂါခြေချုပ်ဖြင့်နေရ၍ တိရစ္ဆာန်များကို မစောင့်ရှောက်နိုင်သူများကို ကူညီပေးရန် လိုအပ်ပါက ခွင့်ပြုသည်။
ဆေးဆိုင်	ခွင့်ပြုထားသည်။
Pioneer Farms (ရှင်သန်ဆဲ မှတ်တမ်း ပြတိုက်)	ပုံမှန်ဆောင်ရွက်မှုများအတွက် ပိတ်ထားသည်။ အထွေထွေစတိုးဆိုင်က အကန့်အသတ်ဖြင့် ဖွင့်သည်။ နောက်ထပ် အသေးစိတ်အတွက် www.pioneerfarms.org ကို ကြည့်ပါ။
ဝတ်ပြုရန်နေရာ	တာသာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို အိမ်မှ သို့မဟုတ် အဝေးရောက်ဝန်ဆောင်မှုများဖြင့် မလုပ်ဆောင်နိုင်မှသာလျှင် ခွင့်ပြုသည်။ သို့သော် လမ်းညွှန်ချက်များကို လိုက်နာရမည်။
ရေကူးကန် သန့်ရှင်းရေး လုပ်ငန်း သို့မဟုတ် ရေကူးကန် သန့်ရှင်းသူများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
ရေကူးကန်များ (အများသုံး)	ပိတ်ထားသည်။ မြို့တော်နှင့် ကောင်တီ ပန်းခြံများဆိုင်ရာ နောက်ထပ် အသေးစိတ်များအတွက် www.austintexas.gov/parkclosures

	<p>https://parks.traviscountytx.gov/news/၊ www.wilco.org/parks သို့ ဝင်ကြည့်ပါ</p>
ကျွမ်းကျင်ဝန်ဆောင်မှုများ (အိမ်ခြံမြေမပါ)	<p>ဥပဒေအရ ထုတ်ပြန်ထားသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များနှင့်အညီ အကူအညီပေးရန် လိုအပ်ချိန် သို့မဟုတ် အခြေခံ လုပ်ငန်း၊ အခြေခံအစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန် သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်လျှင်သာ ခွင့်ပြုထားသည်။</p> <p>ဥပဒေ သို့မဟုတ် စာရင်းအင်း ဝန်ဆောင်မှုများအပြင် အာမခံ ဝန်ဆောင်မှုများ ပါဝင်သည်။</p>
ကျွမ်းကျင်သူ ဝန်ဆောင်မှုများ - အိမ်ခြံမြေ	<p>ခွင့်ပြုထားသည်။</p> <p>အေးဂျင့်များ၊ ပွဲစားများ၊ တန်ဖိုးဖြတ်ပေးသူများနှင့် ဓာတ်ပုံဆရာများ ပါဝင်သည်။</p>
Putt Putt ကစားကွင်းများ	<p>ပိတ်ထားသည်။</p> <p>ပါဆယ်ရောင်းသည့် အစားအသောက်ဆိုင်များကို ခွင့်ပြုထားသည်။</p>
အိမ်ခြံမြေ ဝန်ဆောင်မှုများ	<p>ခွင့်ပြုထားသည်။</p>
အိမ်ရာဆိုင်ရာ အဆောက်အအုံများ	<p>ခွင့်ပြုထားသည်။</p>
စားသောက်ဆိုင်များ	<p>ပါဆယ် မှာယူမှုအတွက်သာ ခွင့်ပြုသည်။</p> <p>အစားအသောက် ပြင်ဆင်တည်ခင်းပေးသည့် စားသောက်ဆိုင်များနှင့် အခြား အဆောက်အအုံများ ပါဝင်သည်။</p> <p>ကျောင်းသားများ သို့မဟုတ် အများပြည်သူအဖွဲ့ဝင်များထံ အခမဲ့ အစားအသောက် ဝန်ဆောင်မှုများ ပေးလေ့ရှိသည့် ကျောင်းများနှင့် အခြားလူများသည် လာယူမှုနှင့် ပါဆယ် ပုံစံဖြင့်သာ ကျောင်းသားများ သို့မဟုတ် အများပြည်သူ အဖွဲ့ဝင်များထံ အစားအသောက် ပံ့ပိုးပေးရသည့် လိုအပ်ချက်အတွက် ဤအမိန့်အောက်အရ ထိုသို့ ဆက်လက်၍ လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။</p>
စားသောက်ဆိုင်များ (ဟင်းလင်းပြင်)	<p>ပိတ်ထားသည်။</p>

ရော်နယ်မက်ဒေါနယ်အိမ်	ခွင့်ပြုထားသည်။
အမိုးကုမ္ပဏီ	ခွင့်ပြုထားသည်။
လုံခြုံရေးစနစ် ဝန်ထမ်း	ခွင့်ပြုထားသည်။
တစ်ပိုင်းလျှပ်ကူးပစ္စည်း စက်ရုံနှင့် စက်ရုံအတွက် ပစ္စည်းထောက်ပံ့ပို့ဆောင်မှု	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဂေဟာများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
ရှားဖိနပ်နှင့် ဘွတ်ဖိနပ် ပြုပြင်မှု	အခြေခံ လုပ်ငန်းများ၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန်များ သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်အတွက် ဝန်ဆောင်မှုပေးရန် သို့မဟုတ် ၎င်းတို့၏ စဉ်ဆက်မပြတ် ဘေးငြိမ်းရေးနှင့် လုပ်ဆောင်မှုများအတွက် လိုအပ်ပါက အထက်ဖော်ပြပါ အခြေခံ ကဏ္ဍများတွင် လုပ်ကိုင်သည့် ဖောက်သည်များထံ ဝန်ဆောင်မှုများ ပေးအပ်ရန်အတွက်သာ ခွင့်ပြုပါသည်။
လူစုလူဝေးမှုများ / အထူးပွဲများ	အိမ်ကနေ သို့မဟုတ် အဝေးရောက်နည်းလမ်းများသုံး၍ ဆောင်ရွက်မရနိုင်ဘဲ အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို မလိုက်နာသည့် ဘာသာရေးဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုအတွက် လူဦးရေဘယ်မည်မျှဖြစ်စေကိုမျှ ခွင့်မပြုပါ။
လူမှုရေးဝန်ဆောင်မှုများ	ခွင့်ပြုထားသည်။ စီးပွားရေးအရ ထိခိုက်သူ သို့မဟုတ် တစ်နည်းအားဖြင့် လိုအပ်နေသူများအတွက် အစားအသောက်၊ နေရာထိုင်ခင်းနှင့် လူမှုရေး ဝန်ဆောင်မှုများအပြင် အခြား ဘဝ အခြေခံအရာများ ပံ့ပိုးသည့် လုပ်ငန်းများ ပါဝင်ပါသည်။
ဆော့ဖ်ဝဲ အင်ဂျင်နီယာများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
အစားအသောက်စင်တာ	ခွင့်ပြုထားသည်။

အလှအပရေးရာ ဝန်ဆောင်မှုများ	ပိတ်ထားသည်။ နှိပ်နည်ခြင်း၊ လက်သည်းဆိုးညှိခြင်း၊ အသားအရေ ထိန်းသိမ်းပေးခြင်း၊ လှပအောင်ခွဲစိတ်မှု၊ အနှိပ်ခန်းများ၊ ရေပူစမ်းများ၊ အလှပြင်ဆိုင်များနှင့် ဆံသဆိုင်များ ပါဝင်သည်။
အားကစားခန်းမ	ပိတ်ထားသည်။
စနစ် ကြီးကြပ်သူများ	ခွင့်ပြုထားသည်။
အသားအရောင်ညှိရေး	ပိတ်ထားသည်။
အခွန်ပြင်ဆင်ပေးရေး ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် လုပ်ငန်းများ	ခွင့်ပြုထားသည်။ ကျွမ်းကျင်သူ ဝန်ဆောင်မှုများကို ကြည့်ပါ။
အခွန်ပြင်ဆင်ပေးရေး ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် လုပ်ငန်းများ	နေအိမ်မှ အလုပ်လုပ်လျှင် သို့မဟုတ် ဥပဒေအရ မဖြစ်မနေ လုပ်ရမည့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဆောင်ရွက်ရန် သို့မဟုတ် အခြေခံ လုပ်ငန်း၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန် သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်လျှင်သာ ခွင့်ပြုထားသည်။
တက္ကစီနှင့် ကားမျှစီးမှု / သွားလာရေး ကွန်ရက် ကုမ္ပဏီများ	ခွင့်ပြုထားသည်။ အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များ၊ အခြေခံ လုပ်ငန်းများ၊ အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန်များ သို့မဟုတ် အခြေခံ ခရီးသွားမှုအတွက် လိုအပ်သည့် သွားလာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ပံ့ပိုးသော လေယာဉ်၊ တက္ကစီနှင့် အခြားသီးသန့် သွားလာရေး ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများ (Uber နှင့် Lyft ကဲ့သို့) ပါဝင်သည်။
ကဇာတ်ရုံ (ရုပ်ရှင် သို့မဟုတ် ပြဇာတ်)	ပိတ်ထားသည်။ အမိန့်အရ တားမြစ်ထားသည်။
ကားဆွဲရေး လုပ်ငန်း	Permitted.

	ခွင့်ပြုထားသည်။
အလွန်အရေးကြီးသော အလုပ်များ	ပိုက်ပြင်ဆရာများ၊ လျှပ်စစ်ကျွမ်းကျင်သူများ၊ ပိုးမွှားသန့်ရှင်းပေးသူများ၊ ရေကူးကန်သန့်ရှင်းသူများနှင့် နေအိမ်များ၊ အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များ၊ အခြေခံ လုပ်ငန်းများ၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန်များ သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်တို့၏ ဘေးကင်းရေး၊ သန့်ရှင်းရေး အပါအဝင် ၎င်းတို့ချည်းသာမဟုတ်ဘဲ လျှပ်စစ်၊ ဂတ်စ်၊ ရေကဲ့သို့ အသုံးစရိတ်များနှင့် စွန့်ပေးရေအပြင် အခြား အများပြည်သူ အလုပ်များနှင့် အခြေခံ လုပ်ဆောင်မှုကို ထိန်းသိမ်းရန် လိုအပ်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများပေးသော အခြား လုပ်ငန်းများ။
ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ဝန်ထမ်းအတွက် လေ့ကျင့်ရေးခန်းမ	ခွင့်ပြုထားသည်။
ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန်/ဆေးလိပ်အစားထိုး CBD သို့မဟုတ် ထုတ်ကုန်များ ရောင်းချသည့် ဆေးလိပ်ဆက်စပ် ဆိုင်များ	ပိတ်ထားသည်။
ကုန်လှောင်ရုံ	အခြေခံလုပ်ငန်း၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန် သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ချိန်တွင် ခွင့်ပြုပါသည်။
ပန်းရိုင်းများ (ကားမောင်းခြင်းနှင့် ကြည့်ခြင်း)	ကားအိမ်ထောင်စုဝင်များက ကားမောင်းစဉ်နှင့် ကြည့်ရှုစဉ် အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို လိုက်နာလျှင်သာ ခွင့်ပြုပါသည်။
တိရစ္ဆာန်ရုံများ	အများပြည်သူအတွက် ပိတ်ထားသည်။ တိရစ္ဆာန်စောင့်ရှောက်မှု ဆက်လုပ်ရမည့် ဝန်ထမ်းများ

အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ

အနည်းဆုံး အခြေခံ လုပ်ဆောင်မှုများ

လုပ်ငန်းများသည် ၎င်းတို့၏ ဝန်ထမ်းများ သို့မဟုတ် ကန်ထရိုက်တာများက အလုပ်များကို ၎င်း၏ ကိုယ်ပိုင် နေအိမ်များ (ဥပမာ၊ အိမ်မှ အလုပ်လုပ်ခြင်း) မှ အလုပ်လုပ်လျှင် သို့မဟုတ် ဥပဒေအရ မဖြစ်မနေ လုပ်ရမည့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဆောင်ရွက်ရန် သို့မဟုတ် အခြေခံ လုပ်ငန်း၊ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန် သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်လျှင် လုပ်ငန်းများကို သီးသန့် ဆက်လုပ်နိုင်ပါသည်။

အခြေခံ လုပ်ငန်းများ

သတ်မှတ်ထားသည့် [အမိန့်တွင်ပါသော အခြေခံ လုပ်ငန်းများ \(PDF\)](#) စာရင်းကို ကြည့်ပါ။ အခြေခံ လုပ်ငန်းအားလုံးသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းနှင့် မျက်နှာအကာအကွယ် သတ်မှတ်ချက်များကို လိုက်နာနိုင်သမျှ အတတ်နိုင်ဆုံး လိုက်နာရပါမည်။

အလွန်အရေးကြီးသော အလုပ်များ

Austin မြို့တော်၏ လုံခြုံရေး၊ အုပ်ချုပ်မှု၊ အများပြည်သူကျန်းမာရေး၊ ဘေးကင်းရေးနှင့် စီးပွားရေး ဖူလုံမှုအတွက် အလွန်အရေးကြီးသော အများပြည်သူနှင့် ပုဂ္ဂလိက အလုပ်ရုံအားလုံး။ အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်သည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းနှင့် မျက်နှာအကာအကွယ် သတ်မှတ်ချက်များကို တတ်နိုင်သမျှ လိုက်နာပေးရမည်။

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခပ်ခွာခွာနေခြင်း

အခြားလူများနှင့် အနည်းဆုံး 6 ပေ အကွာအဝေးတွင် နေရပါမည်။

အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန်များ

အစိုးရအေဂျင်စီများ၏ လုပ်ငန်း ဆက်လုပ်နိုင်စေရန် လိုအပ်ပြီး အများပြည်သူ၏ ကျန်းမာရေး၊ ဘေးကင်းရေးနှင့် ဖူလုံရေးအတွက် စီစဉ်ပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှုအားလုံးနှင့် အများပြည်သူ၏ ကျန်းမာရေး၊ ဘေးကင်းရေးနှင့် ဖူလုံရေးကို စီစဉ်ပေးသည့် အေဂျင်စီအားလုံး။ အစိုးရအဖွဲ့အစည်းတိုင်းက ၎င်းတို့၏ အခြေခံ အစိုးရ လုပ်ငန်းတာဝန်များကို ဆုံးဖြတ်ပေးပြီး အဆိုပါ လုပ်ငန်းတာဝန်များကို ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သော ဝန်ထမ်းများ နှင့်/သို့မဟုတ် ကန်ထရိုက်တာများကို ခွဲခြားရွေးထုတ်ပေးရမည်။ အခြေခံ အစိုးရဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းတာဝန်အားလုံးကို အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်း သတ်မှတ်ချက်များနှင့်အညီ တတ်နိုင်သမျှ လိုက်နာ၍ ဆောင်ရွက်ရမည်။ အခြေခံ အစိုးရဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုအားလုံးသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းနှင့် မျက်နှာအကာအကွယ် သတ်မှတ်ချက်များကို အတတ်နိုင်ဆုံး လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည်။ ဤအမိန့်သည် ဖက်ဒရယ် သို့မဟုတ် ပြည်နယ် အစိုးရနှင့် မသက်ဆိုင်ပါ။

မျက်နှာအကာအကွယ်များ

COVID-19 ဗိုင်းရပ်စ် မရှိသော ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနေသူများ၏ သိသာသော ရာခိုင်နှုန်း။ ရောဂါကူးစက်ထားသူသည် ရောဂါလက္ခဏာများ မပြသမီ အခြားလူများထံ ဗိုင်းရပ်စ် တစ်ဆင့်ကူးစက်စေနိုင်သောကြောင့်၊ COVID-19 ကူးစက်မှုကို တားဆီးနိုင်စေရန် သင့်အိမ် သို့မဟုတ် အိမ်ရာ အပြင်ဘက်တွင်ရှိသောအခါ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်အတွက် အကာအကွယ်ကို လိုအပ်ပါသည်။ ၎င်းက ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအတွက် စင်တာများ (CDC) နှင့် Austin-Travis ကောင်တီ ကျန်းမာရေး အာဏာပိုင်၏ တွေ့ရှိချက်များနှင့် ကိုက်ညီပါသည်။

မျက်နှာအကာအကွယ်ကို ဝတ်ဆင်ခြင်းက အများနှင့် 6 ပေခွာနေခြင်းနှင့် လက်ဆေးခြင်းကို အစားထိုးပေးခြင်းမဟုတ်ဘဲ ၎င်းတို့က ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်မှုကို လျော့နည်းစေရန် အရေးကြီး အဆင့်များ ဖြစ်နေဆဲပါ။ အသက်ဆယ်နှစ်အထက် လူတိုင်းက ဖော်ပြချိန်များတွင် ၎င်းတို့၏ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်အတွက် အိမ်လုပ်နှာခေါင်းစည်း၊ ခေါင်းစည်းပဝါ၊ ဘန်ဒါနာ သို့မဟုတ် လက်ကိုင်ပဝါ ကဲ့သို့သော အကာအကွယ် ပုံစံတစ်ခုခုကို မဖြစ်မနေ ဝတ်ဆင်ရမည်-

- အများပြည်သူ သွားလာနိုင်သည့် အဆောက်အအုံသို့ သို့မဟုတ် ၎င်း၏ အတွင်းထဲသို့ ဝင်ရောက်ချိန်
 - အများသုံးသွားလာရေးယာဉ်၊ တက္ကစီ သို့မဟုတ် မျှဝေစီးသော ယာဉ်များကို အသုံးပြုချိန်
 - ဂတ်စ်ဖြည့်ချိန်
 - အပြင်တွင်ရှိချိန်နှင့် လူတစ်ဦးနှင့် ၎င်းတို့ကြားတွင် စဉ်ဆက်မပြတ် ခြောက်ပေခွာ၍ နေမရချိန်
- အသက် 10 နှစ်အောက် ကလေးများ နေအိမ်အပြင်၌ ရှိချိန်တွင် ၎င်းတို့ နှာခေါင်းစည်း ဝတ်ခြင်းအတွက် ထိုကလေးများ၏ မိဘများက တာဝန်ယူရပါမည်။

ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အဆင့်မီ (N95) နှင့် ခွဲစိတ်ခန်းသုံး နှာခေါင်းစည်းများကို ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူများနှင့် ရှေ့တန်းက ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းပေးနေသူများအတွက်သာ ဖယ်ထားပြီး ၎င်းတို့ကသာ အသုံးပြုရပါမည်။ အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်များ ပြုလုပ်နည်း ဥပမာများကို [“သင်နှင့် သင့်မိသားစု”](#) အောက်တွင်နှင့် CDC တွင် တွေ့နိုင်ပါသည်။

မျက်နှာအကာအကွယ်များ မလိုအပ်ချိန်-

- ကိုယ်ပိုင်မော်တော်ယာဉ်တွင် တစ်ဦးတည်း လိုက်ပါစီးနင်းချိန်
- သီးသန့်နေရာတွင် တစ်ဦးတည်း ရှိချိန်
- မိမိ၏ အိမ်သူအိမ်သားများ သို့မဟုတ် နေအိမ်ရှိ အခြားအိမ်သားများသာ ရှိနေချိန်
- အစားချိန်
- ထိုသို့လုပ်ခြင်းက အသက်ရှူရခက်သူ သို့မဟုတ် သတိလစ်တတ်သူ၊ မသန်စွမ်းသူ သို့မဟုတ် တစ်နည်းအားဖြင့် အကူအညီမပါဘဲ အကာအကွယ်ကို ကိုယ်တိုင်မဖယ်ရှားနိုင်သူ တစ်စုံတစ်ယောက် ကဲ့သို့

ပိုဆိုးရွားသော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး၊ ဘေးကင်းရေး သို့မဟုတ် လုံခြုံရေးအန္တရာယ်ရှိသူများကို အန္တရာယ်ဖြစ်စေချိန်။

ကျွန်ုပ်၏ လုပ်ငန်းတွင် မျက်နှာအကာအကွယ်များနှင့် ပတ်သက်သော ဆိုင်းဘုတ် လိုအပ်ပါသလား။ လုပ်ငန်းများအား ၎င်းတို့၏ လုပ်ငန်းတွင် တရားဝင် Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးနှင့် Austin မြို့တော် ဆိုင်းဘုတ်ကို ကြေညာခြင်းဖြင့် မျက်နှာအကာအကွယ် အမိန့်ကို လိုက်နာပေးပါရန် တောင်းဆိုအပ်ပါသည်။ လက်ကမ်းစာစောင်ကို ကျွန်ုပ်တို့၏ [လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရင်းမြစ်များ စာမျက်နှာ](#) - လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ မျက်နှာအကာအကွယ် ဆိုင်းဘုတ်တွင် ဒေါင်းလုဒ်လုပ်နိုင်ပါသည်။

အလုပ်ခွင်နှင့် လုပ်ငန်းများအတွက် အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်း လမ်းညွှန်ချက်

- အခြေခံမဟုတ်သော ဝန်ထမ်း ခရီးသွားမှုကို ဆိုင်းငံ့ထားပါ။
- အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များ ဆက်တိုက်လုပ်ကိုင်ရန် မလိုအပ်သရွေ့ လူကိုယ်တိုင် တွေ့ဆုံချင်းများနှင့် စုံညီတွေ့ဆုံမှုများကို အနည်းဆုံးလျော့ချပေးပြီး ဝန်ထမ်းများ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးကြား ခြောက် (6) ပေအတွင်း လုပ်ကိုင်နေမှုကို တားမြစ်ပါ။
- ဝန်ထမ်းများ ဖျားနာနေပါက အိမ်တွင်နေခိုင်းပြီး ဖျားနာခွင့်အကျိုးခံစားမှုများတွင် ပြောင်းလဲနိုင်မှုများကို အများဆုံးထားရှိပေးပါ။ ဆရာဝန်၏ မှတ်ချက် မလိုအပ်ဘဲ ဖျားနေသူများကို နေအိမ်တွင် နေခွင့်ပြုပါ။
- လူအချင်းချင်း ထိတွေ့မှုကို လျော့ချရန် တယ်လီဆက်သွယ်ရေး နည်းလမ်းများကို အသုံးပြုပါ။
- အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဆက်တိုက် ပံ့ပိုးပေးရန် မလိုအပ်သရွေ့ တစ်ချိန်တည်းတွင် ဝန်ထမ်း စုပြုံမနေဘဲ မတူညီသော နေ့ရက်များနှင့် အချိန်များတွင် ကွဲပြားစွာရှိနေစေရန် ဝန်ထမ်းများ၏ အချိန်ဇယားများကို ပြောင်းလဲပေးပါ။

ကလေးသူငယ်စောင့်ရှောက်ပေးသူများနှင့် ကျောင်းများအတွက် လမ်းညွှန်ချက်

[COVID-19 တုံ့ပြန်ဖြေရှင်းရေး ကာလအတွင်း Austin-Travis ကောင်တီတွင် ဆောင်ရွက်နေသော ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ရေးအတွက် လမ်းညွှန်ချက်နှင့် အကြံပြုချက်များ အပြည့်အစုံ](#)

သင့်ကလေးငယ် ဖျားနေပါက ကျောင်းမတက်ခိုင်းပါနှင့် သို့မဟုတ် ကလေးစောင့်ရှောက်မှုသို့ မလာခိုင်းပါနှင့်။ သင့်ကလေးငယ်က နာတာရှည် ကျန်းမာရေး အခြေအနေများရှိနေလျှင် ကျောင်းနှင့် ကလေးစောင့်ရှောက်မှုသို့ လာခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ကလေး၏ ဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်ပါ။ တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းရေး ဆောင်ရွက်မှုများ (လက်ဆေးခြင်း၊ စသည်တို့) နှင့် ပတ်သက်၍ ကျောင်းသားများနှင့် ဝန်ထမ်းကို ပြန်လည်အသိပညာပေးခြင်းကို ထပ်လုပ်ပြီး သင့်လျော်သော အမှတ်အသားများ ပြသထားပါ။ ကျောင်းများနှင့် ကလေးစောင့်ရှောက်မှုရှိ အခန်းအားလုံးတွင် လက်သန့်ဆေးရည်များနှင့် တစ်ရှူးများ ထားရှိပါ။ ဆက်လက်သင်ကြားနိုင်ရေးအတွက် အဝေးရောက်သက်ကြားရေးနှင့် အွန်လိုင်း နည်းလမ်းများကို စမ်းသပ်ကြည့်ပါ။ မြို့တော်တစ်ခုလုံးရှိ ကျောင်းများ ပိတ်ရေးအတွက် ကျောင်းများက အစီအစဉ် ရေးဆွဲထားပြီး မိသားစုများကလည်း ကျောင်းပိတ်နိုင်ခြေနှင့်ပတ်သက်၍ လိုအပ်သလို ပြင်ဆင်ထားရမည်။ ကလေးများသည် အုပ်စုတစ်ခုမှ

နောက်တစ်ခုသို့ မပြောင်းရဘဲ ကလေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူများကလည်း ကလေးငယ် အုပ်စုတစ်ခုတွင်သာ ဆက်ရှိနေရမည်။

ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ပေးသူများအတွက် လက်ကမ်းကြော်ငြာများကို ၎င်းတို့၏ ဂေဟာများတွင် ကြေညာထားရမည် [လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရင်းမြစ်များ](#) စာမျက်နှာကို ကြည့်ပါ။

Austin တွင် COVID-19 ဆက်စပ် အစောပိုင်း ကလေးဘဝ အချက်အလက်နှင့် ရင်းမြစ်များအတွက် [Success By 6 portal](#) သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။

Workforce Solutions Capital Area- ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့ငွေများနှင့် ပတ်သက်၍ အထွေထွေ အချက်အလက် သို့မဟုတ် မေးခွန်းများအတွက် (512-597-7191) သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် providerservices@wfscapitalarea.com သို့ အီးမေးလ်ပို့ပါ။

သင်၏ ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ရေး စင်တာများ/အိမ် အခြေအနေ တစ်ခုခု ပြောင်းလဲပါက [ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်မှု စည်းမျဉ်းများ \(လိုင်စင်ရယူခြင်း\)](#) ထံ ချက်ချင်း အသိပေးပါ။

Texas ကျန်းမာရေးနှင့် ပြည်သူ့ ဝန်ဆောင်မှုများ [ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ပေးသူများအတွက် လမ်းညွှန်ချက်](#)။ COVID-19 နှင့် ပတ်သက်၍ ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ပေးသူများ သိလိုသည့် မေးခွန်းများကို [အနိမ့်ဆုံး စံနှုန်းများ ဝင်စာပုံး](#) သို့မဟုတ် DSHS ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ဖုန်းခေါ်ဆိုမှုစင်တာ 1-877-570-9779 သို့ မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ [စောင့်ရှောက်ပေးသူများ](#)

ကလေးထိန်းကျောင်းများအတွက် ရင်းမြစ်များ

အထောက်အပံ့များ လိုအပ်နေပါက [ဤဖောင်ကို ဖြည့်စွက်ပါ။](#) Austin-Travis ကောင်တီ COVID-19 ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ရေး အထူးတာဝန်တပ်ဖွဲ့က သင်တို့လိုအပ်သည့် အထောက်အပံ့အားလုံးပေးမည်ဟု အာမခံပေးနိုင်သော်လည်း Austin မြို့တော်နှင့် အထူးတာဝန်တပ်ဖွဲ့ လက်တွဲလုပ်ကိုင်သူများက အဆိုပါ လိုအပ်ချက်များ ပြည့်မီစေရန် အတတ်နိုင်ဆုံး ကြိုးပမ်းသွားပါမည်။

ကုန်စုံဆိုင်များ၊ ဆေးဆိုင်များနှင့် အရက်ဆိုင်များအတွက် လမ်းညွှန်ချက်

- ဝယ်ယူသူများသည် အပြင်နှင့် အတွင်း တန်းစီသောအခါ အချင်းချင်းကြားတွင် အနည်းဆုံး ခြောက်ပေခွာနေနိုင်စေရန် အထိန်းအကွပ်များ ထားရှိပေးပါ။
- အထိန်းအကွပ်များတွင် လူတစ်ဦးစီအား ဈေးဝယ်လှည်းကို သွားယူစေခြင်း သို့မဟုတ် ကြမ်းပေါ်တွင် နေရာခြားအမှတ်အသားများ သတ်မှတ်ထားရှိခြင်းတို့ အကန့်အသတ်မရှိ ပါဝင်နိုင်ပါသည်။

လက်လီရောင်းချသူများကိုလည်း ဖော်ပြပါတို့ ဆောင်ရွက်ရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်-

- ကားပေါ်ကပင်ဝယ်ယူခြင်း၊ လမ်းဘေးတွင်လာယူခြင်း သို့မဟုတ် ပစ္စည်းပို့ ဝန်ဆောင်မှုများကို ပို၍ အသုံးပြုလာအောင် ဆောင်ရွက်ရမည်။
- စတိုးဆိုင်တွင် တစ်ကြိမ်လျှင် ခွင့်ပြုထားသော ဝယ်ယူ ဦးရေကို ကန့်သတ် သို့မဟုတ် သီးခြားထားရှိရမည်။
- အချင်းချင်း ခြောက်ပေ (6) အတွင်း အလုပ်လုပ်နေသည့် ဝန်ထမ်းဦးရေကို အနည်းဆုံး လျှော့ချရမည်။
- လက်ဆေးရန်နေရာများ၊ လက်သန့်ဆေးရည်များနှင့် တစ်ရှူးများ ထားပေးရမည်။
- မီးဖိုခုံမျက်နှာပြင်များ၊ တံခါးလက်ကိုင်ဖုများနှင့် လက်ရန်များကဲ့သို့ ထိကိုင်မှုများသော နေရာများကို မကြာခဏ သန့်ရှင်းပါ။

ဒေါင်းလုဒ်လုပ်နိုင်သော လက်ကမ်းကြော်ငြာကို [လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရင်းမြစ်များ](#) စာမျက်နှာတွင် ရယူပါ။

အလုပ်ရှင်များအတွက် လမ်းညွှန်ချက်

ဆောင်ရွက်နေဆဲ အလုပ်ခွင်များအတွက် CDC ထံမှ အကြံပြုချက်များကို လိုက်နာပါ။

[CDC အလုပ်ခွင် လမ်းညွှန်ချက်။](#)

အလုပ်ရှင်များအတွက် လမ်းညွှန်ချက်

ဖော်ပြပါ စံသတ်မှတ်ချက် တစ်ခုခုအပြင် ကိုယ်တိုင် ရောခါခြေချုပ်နေခြင်းတို့နှင့် ကိုက်ညီပါက အလုပ်သို့ သတင်းပေးခြင်း မပြုပါနှင့်။

- “ရောဂါဖြန့်သည့်နေရာ” ဟု ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေး အဖွဲ့အစည်း သို့မဟုတ် CDC က ယူဆသည့် နယ်မြေသို့ ခရီးသွားခဲ့သည်။
- ချောင်းဆိုးခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခြင်း သို့မဟုတ် လည်ချောင်းနာခြင်း ကဲ့သို့ အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ကူးစက်ရောဂါ သွင်ပြင်များ သို့မဟုတ် ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနေပါက။
- 99.6°F ထက်ပိုသည့် အဖျား ရှိနေသည်။
- လွန်ခဲ့သော 14 ရက်အတွင်း COVID-19 ရောဂါပိုးတွေ့သူနှင့် ထိတွေ့မှုရှိခဲ့သော်လည်း ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအတွက် စင်တာများ (CDC) က သတ်မှတ်ထားသည့် သင့်လျော်သော တစ်ကိုယ်ရေ အကာအကွယ် ပစ္စည်း မရှိခဲ့ပါ။
- COVID-19 အတွက် စုံစမ်းစစ်ဆေးခံနေရသည် သို့မဟုတ် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း နာမကျန်းမှုဖြင့် ဖျားနာနေသည်။

အလုပ်ပြန်ဆင်းရန် စံသတ်မှတ်ချက်

[ဖျားနေသူများအတွက် အချက်အလက်များ](#) စာမျက်နှာတွင် အကြမ်းဖော်ပြထားသည့် စံသတ်မှတ်ချက်ကို ကြည့်ပါ။

စားသောက်ဆိုင်များနှင့် ဘားများအတွက် လမ်းညွှန်ချက်

- အစားအသောက် ရောင်းချသူများသည် အတွင်းခန်းများကို ပိတ်ထားရမည် သို့မဟုတ် အပြင်ဘက်သာမန် စားသောက်ရန်နေရာများကို အများပြည်သူအတွက် ဖွင့်ထားရမည်။
- တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးကြားတွင် ထိတွေ့မှုကို ကန့်သတ်ရန် အစားအသောက် ရောင်းချသူများအား ပါဆယ်၊ ထိတွေ့မှုမရှိသော ပို့ဆောင်မှု၊ ကားပေါ်ကမှာဝယ်နိုင်မှု သို့မဟုတ် လမ်းဘေးလာယူနိုင်မှုတို့ကို စီစဉ်ပေးရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။
- ဘားများအား ပုံမှန်အတွင်းခန်းများ ပိတ်ရန် သို့မဟုတ် အများပြည်သူအတွက် အပြင်ဘက် ဘားနေရာများကို ဖွင့်ရန် အမိန့်ပေးထားပြီး နေရာတွင်း သောက်စားခြင်းကို ခွင့်မပြုပါရန် တားမြစ်ထားသည်။
- ပါဆယ်နှင့် ပစ္စည်းပို့ ဝန်ဆောင်မှုသို့သာ ကူးပြောင်းနေသည့် ဒေသတွင်း စားသောက်ဆိုင်များကို ကူညီပံ့ပိုးပေးရန် Austin သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးသည် [ယာယီ တင်ပို့ရေးများ အထိုင်ချနေပါသည်။](#) ဝယ်ယူ လာယူရန် နယ်မြေ တည်နေရာများကို ကြည့်ရန် ၎င်းတို့၏ [အွန်လိုင်းမြေပုံ](#) ကို ကြည့်ပါ။

ဒေါင်းလုဒ်လုပ်နိုင်သော လက်ကမ်းကြော်ငြာကို [လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရင်းမြစ်များ](#) စာမျက်နှာတွင် ရယူပါ။

ဆောက်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းနယ်ပယ်အတွက် လမ်းညွှန်ချက်

အုပ်ချုပ်ရေးမှူး၏ မတ်လ 31 ရက်၊ 2020 ခုနှစ် အုပ်ချုပ်ရေးမှူး အမိန့် (No. GA-14) တွင် ခွင့်ပြုသည့် ဆောက်လုပ်ရေးအလုပ်အားလုံးကို ခွင့်ပြုပါသည်။ မြို့တော်သည် စီးပွားရေး သို့မဟုတ် လူနေအိမ်ရာ ဆောက်လုပ်ရေး ပရောဂျက်များကို တားမြစ်တော့မည် မဟုတ်ပါ။

ဆောက်လုပ်ရေး အလုပ်အားလုံးအတွက် အလုပ်ရှင် သတ်မှတ်ချက်များ

အိမ်မှာနေပါ အမိန့်၏ ပြဋ္ဌာန်းချက် A နှင့် B ပါ ခပ်ခွာခွာနေရေး လမ်းညွှန်ချက်များနှင့် ကျန်းမာသော အလုပ် အလေ့အကျင့် သတ်မှတ်ချက်များအပြင်၊ မည်သည့်အချိန်တွင်မဆို အလုပ်သမား 10 ဦးအထက်ရှိသည့် မြို့တော်အတွင်း ဆောက်လုပ်ရေး အလုပ်ခွင်အားလုံးအတွက်၊ အလုပ်ခွင်တစ်ခုလုံး၏ တာဝန်ရှိသူ (“အလုပ်ခွင်မန်နေဂျာ”) သည်-

- အလုပ်ခွင်တွင် လုပ်ကိုင်နေသူအားလုံးက နားလည်သည့် ဘာသာစကားများဖြင့် ယင်းအလုပ်ခွင်တွင် လုပ်ကိုင်နေသည့် အဆိုင်းအလိုက် ဝန်ထမ်းဦးရေနှင့် အမျိုးအစားကို ပြသသော အသိပေးချက်နှင့် အလုပ်ခွင်မန်နေဂျာက ဝန်ထမ်းဦးရေကို ကန့်သတ်နေပြီး အဆိုင်းများကို လှည့်ပြောင်းပေးနေပုံဆိုင်ရာ ညွှန်ကြားချက်များကို ကြေညာထားရမည်။
- ကြိုတင်စစ်ဆေးမှု လိုအပ်ကြောင်းကို အလုပ်သမားများ နားလည်အောင် ပြောပြထားပြီး နေ့စဉ်အလုပ်မစမီ အလုပ်ခွင်တွင် အဆိုပါစစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ရပါမည်။

- အလုပ်ခွင်ရှိ အလုပ်သမား 15 ဦးအတွက် အနည်းဆုံးအဖြစ် ဆပ်ပြာပါသည့် လက်ဆေးကန်တစ်ခု သို့မဟုတ် လက်သန့်ဆေးရည် တစ်ဘူး ထားရှိပေးရမည်။
- လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရေအေးပေးစက်များကို အသုံးပြုမှုအား တားမြစ်ရမည်။
- မျှဝေသုံး ကိရိယာများကို သုံးစွဲသူများအတွက် ပိုးသတ်ပေးထားပြီး အဆိုပါ လူသုံးများသော ဧရိယာများ (နေ့လယ်စာနှင့် နားနေခန်း ဧရိယာများ၊ ကိရိယာအကြောင်း ဆွေးနွေးသည့်နေရာများ၊ စက်ပစ္စည်းကြီးများ စသည်တို့) နှင့် စုပြုံ ထိကိုင်သည့်နေရာများ (တံခါးလက်ကိုင်ဖုများ၊ ကောင်တာများ၊ ကီးဘုတ်များ၊ စသည်တို့) ကို အနည်းဆုံး တစ်ရက်နှစ်ကြိမ် သန့်ရှင်းရမည်။ ထို့အပြင်

အိမ်မှာနေပါ အမိန့်၏ အပိုင်း 6.j. ပါ အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်း သတ်မှတ်ချက်များအတွက် အင်္ဂလိပ်နှင့် စပိန်ဘာသာဖြင့် ဖော်ပြသော သင်္ကေတ၊ အိမ်မှာနေပါ အမိန့်၏ ပြဋ္ဌာန်းချက် B ပါ ဝန်ထမ်းများအတွက် အကြံပြုချက်များနှင့် ဤလမ်းညွှန်ချက် စာရွက်၏ အပိုင်း 3 ပါ ပြဋ္ဌာန်းချက်များနှင့် ချိုးဖောက်မှုတစ်စုံတစ်ရာအတွက် တိုင်ကြားချက်များ တင်ပြရန် ဝန်ထမ်းများအတွက် အချက်အလက်ပါသည့် မြို့တော်ကပေးအပ်သော ဆိုင်းဘုတ်ကို ဝန်ထမ်းများအတွက် ကြေညာလေ့ရှိသည့် နေရာများ သို့မဟုတ် မြင်သာသော နေရာတွင် ကြေညာရမည်။

ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းခွင်ရှိ အလုပ်သမားတစ်ဦးအား ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်ထားသည်ဟု အတည်ပြုပြီးပါက အလုပ်ခွင်မန်နေဂျာသည် အလုပ်သမားကို အိမ်သို့ ချက်ချင်းပို့ပြီး Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးသို့ အကြောင်းကြားကာ အဆိုပါ အလုပ်သမားနှင့် ပတ်သက်၍ Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးဌာန၏ ညွှန်ကြားချက်အားလုံးကို လိုက်နာရမည်။

အလုပ်သမားများသည် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ပိုးတွေ့လူနာနှင့် အလုပ်ခွင်တွင် မျှဝေလုပ်ကိုင်ထားခြင်း ရှိမရှိ ဖော်ထုတ်နိုင်ရန်နှင့် သိနိုင်ရန်အတွက် အလုပ်ခွင်သို့ နေ့စဉ် လာရောက်သည့် အလုပ်သမားများ စာရင်းနှင့် ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်ကို အလုပ်ခွင်မန်နေဂျာက မှတ်တမ်းတင်ပြီး အလုပ်ခွင်သို့ ဝင်ရောက်လာသည့် အလုပ်သမားတိုင်းက လက်မှတ်ထိုးကြောင်း သေချာလုပ်ဆောင်ရမည်။

ဆောက်လုပ်ရေး လုပ်ငန်း အလုပ်ရှင်အားလုံးအနေဖြင့် မြို့တော်၏ အလုံးစုံ စီးပွားရေး အကျိုးအမြတ်အတွက် အောက်ပါ အလုပ်အလေ့အကျင့်များကို လိုက်နာပေးပါရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်-

- ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် အလုပ်ခွင်တွင် ကျန်းမာရေး သို့မဟုတ် အခြားအရာ ဖြစ်လာတော့မည့် ကျန်းမာရေး အန္တရာယ် ရှိသည်ဟု စိတ်ရင်းမှန်ဖြင့် အလုပ်သမားက ယုံကြည်၍ ယင်းဆောက်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းခွင်တွင် အလုပ်လုပ်ရန် ငြင်းဆိုသောကြောင့် အလုပ်သမားကို အရေးယူခြင်း မပြုရပါ။
- ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်နိုင်ခြေကြောင့် ရောဂါခြေချုပ်ဖြင့်နေနေသည့် သို့မဟုတ် ကိုယ်တိုင်ခွဲနေရန် အကြံပေးခံရသည့် အလုပ်သမားကို အရေးယူခြင်း မပြုရပါ။
- ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဆောက်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းခွင် ပိတ်လိုက်၍ ယာယီ ခွင့်ရနေသည့် အလုပ်သမားက တောင်းဆိုသော အလုပ်လက်မဲ့ အကျိုးခံစားခွင့်များကို မသင့်ကြောင်း ထောက်ပြခြင်း မပြုရပါ။

အလုပ်ခွင်အားလုံးသည် အင်္ဂလိပ်နှင့် စပိန်ဘာသာတို့ဖြင့် မြင်လွယ်သော နေရာတွင် အလုပ်ခွင်တိုင်းအတွက် ဆောက်လုပ်ရေး ဆိုင်းဘုတ်ကို ကြေညာထားရန် လိုအပ်ပါသည်။
ဒေါင်းလုဒ်လုပ်နိုင်သော လက်ကမ်းကြော်ငြာကို [လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရင်းမြစ်များ](#) စာမျက်နှာတွင် ရယူပါ။

ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းခွင် ဘေးကင်းရေး လမ်းညွှန်ချက် ဗီဒီယိုများ-

[Austin ဆောက်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းခွင် ဘေးကင်းရေးနှင့် COVID-19](#)

[Seguridad de Construcción y COVID-19 en Austin](#)

ပါမစ် လျှောက်လွှာများ

မြို့တော်ဌာနများသည် ဝန်ထမ်းများကို တယ်လီအလုပ် အခြေအနေများသို့ ပြောင်းပေးထားပြီး အလုပ်ရုံများတွင် ဝန်ထမ်းနည်းနည်းဖြင့် လုပ်ဆောင်နေပါသည်။ အသုံးပြုသူများ လူကိုယ်တိုင်လာသည့် အခန်းကို ပိတ်ထားပြီး ပါမစ် လျှောက်လွှာများကို မေးလ် သို့မဟုတ် အီးမေးလ်ဖြင့်သာ လက်ခံပါသည်။

[ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ဌာန](#) ထံမှ ပါမစ်များအတွက် ၎င်းတို့၏ ဝဘ်ဆိုက်ရှိ လမ်းညွှန်ချက်ကို လိုက်နာပါ။

[ပွဲများအတွက် Austin စင်တာ](#) မှ ပါမစ်များအတွက် ပုံမှန် ပါမစ် လုပ်ငန်းစဉ်ကို လိုက်နာပါ။

ပွဲအခမ်းအနားကြီးများကို မေလ 8 ရက်၊ 2020 အထိ တားမြစ်ထားသည်။

Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး၏ ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ဌာနခွဲ (EHSD) သည် အသုံးပြုသူများ လူကိုယ်တိုင်လာသည့် အခန်းကို ပိတ်ထားပြီး ပါမစ် လျှောက်လွှာများကို မေးလ် သို့မဟုတ် အီးမေးလ်ဖြင့်သာ လက်ခံပါသည်။ မေးလ် သို့မဟုတ် အီးမေးလ်ဖြင့် ၎င်းတို့၏ လျှောက်လွှာကို မတင်သွင်းနိုင်သည့် အသုံးပြုသူများအတွက် EHSD သည် 1520 Rutherford Lane, Building 1 Suite 205, Austin, TX 78754 ရှိ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရုံးခန်းတွင် ဝန်ဆောင်မှုအတွက် တွေ့ဆုံမှုများကို လက်ခံသွားပါမည်။ တွေ့ဆုံမှု ချိန်းဆိုရန် 512-978-0300 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

ရွေ့လျား အစားအသောက် ရောင်းချသူ လျှောက်လွှာကို နံနက် 7:45 မှ နံနက် 11:00 တွင် သုံးသပ်ပြီး ယခုလောလောဆယ် ရက်ချိန်းသာ ပြုလုပ်သွားပါမည်။ လူကိုယ်တိုင် လာရောက်ရသော ရက်ချိန်းမှာ လောလောဆယ် မရနိုင်ပါ။ ရက်ချိန်း စီစဉ်ရန် 512-978-0300 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ ရွေ့လျား အစားအသောက် ရောင်းချသူ စစ်ဆေးမှုများကို ကျွန်ုပ်တို့ အဆောက်အဦ၏ ကားပါကင်နေရာတွင် ရက်ချိန်းဖြင့် ပြုလုပ်သွားပါမည်။ မေးခွန်းများနှင့် စိုးရိမ်မှုများကို အီးမေးလ် EHSD.Service@austintexas.gov သို့မဟုတ် (512) 978-0300 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆို၍ တင်ပြနိုင်ပါသည်။

အောက်ပါအတိုင်း စီစဉ်လုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့် ငွေပေးချေမှုအတွက် EHSO ဝန်ဆောင်မှုများကို မေးလ် သို့မဟုတ် အီးမေးလ်ဖြင့် တင်သွင်းနိုင်ပါသည်။

မေးလ်- APH EHSO, PO BOX 142529, Austin, TX 78714 အီးမေးလ်- EHSO.Service@austintexas.gov
ငွေပေးချေမှု လိုအပ်သည့် အလုပ်များအတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ ငွေကိုင်က ဖုန်း ခရက်ဒစ်ကတ် ပေးငွေများအတွက်သာ သင့်ထံ ဆက်သွယ်ပါမည်။

ဒေသတွင်း အကူအညီ

[Austin မြို့တော် စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဌာန](#) (EDD) သည် [ငွေကြေးထောက်ပံ့မှု ပရိုဂရမ်များ](#) အား COVID-19 ကပ်ရောဂါကြောင့် ငွေကြေးအရ ရုန်းကန်နေရသူများ၏ လုပ်ငန်းများအတွက် စီစဉ်ပေးလျက်ရှိပါသည်။

COVID-19 ကာလအတွင်း \$35,000 အထိ [Austin စီးပွားရေး ထိခိုက်မှု ကြားဆက်ရေး ချေးငွေ ပရိုဂရမ်](#)။

ဌာန၏ [အသေးစား လုပ်ငန်း ရင်းမြစ် လမ်းညွှန်](#) ကို ဝင်ကြည့်ပြီး COVID-19 ကြောင့် ထိခိုက်သည့် လုပ်ငန်းငယ်များနှင့် အမြတ်မယူသော အဖွဲ့များအတွက် အစိုးရနှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရင်းမြစ်များ စာရင်းတွင် သင့်လုပ်ငန်း သို့မဟုတ် အမြတ်မယူသော အဖွဲ့အစည်းအတွက် လက်ငင်း ပံ့ပိုးမှုကို ရှာဖွေရန် “ကပ်ဘေး ကယ်ဆယ်ရေး” ဖြင့် စစ်ထုတ်ပါ။

မြို့တော်၏ လုပ်ငန်းငယ်ဌာနခွဲသည် [အခမဲ့ လုပ်ငန်း လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးခြင်း](#) နှင့် [အခမဲ့ အွန်လိုင်း သင်တန်းများ](#) ကို ပို့ချနေပါသည်။ လေ့ကျင့်သင်ကြားရေး ကဏ္ဍများနှင့် အွန်လိုင်း သင်တန်းများကို ဗာကျူရယ်နည်းလမ်းဖြင့် လောလောဆယ် ရနိုင်ပါသည်။

ပြည်နယ် အထောက်အပံ့

[Texas ဝန်ထမ်းအင်အားစု ကော်မရှင်](#)သည် လုပ်ငန်းစဉ် တစ်လျှောက်တွင် သင့်ကို လမ်းညွှန်ရန် အနီးကပ်သင်ပြပေးခြင်း အပါအဝင် အလုပ်လက်မဲ့ အကျိုးခံစားခွင့်များအတွက် လူအများ လျှောက်ထားနိုင်သည့် နေရာဖြစ်သည်။

ဖက်ဒရယ် အထောက်အပံ့

[စီးပွားရေး ထိခိုက်မှု ကပ်ဘေး ချေးငွေ](#) နှင့် [လစာငွေ ကာကွယ်ရေး ပရိုဂရမ်](#) တို့ အပါအဝင် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် အကူအညီ၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် စီးပွားရေး ဖူလုံမှု (CARES) လုပ်ဆောင်ချက်မှတစ်ဆင့် ငွေကြေးထောက်ပံ့သည့် ဖက်ဒရယ် ပရိုဂရမ်များကို စောင့်ကြည့်ရန် Austin ရှိ လုပ်ငန်းငယ်များနှင့် အမြတ်မယူသော အဖွဲ့များအား တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။ ဤပရိုဂရမ်များသည် ၎င်းတို့၏ လျာထားငွေ ကန့်သတ်ချက် ပြည့်သွားပြီဖြစ်သောကြောင့်

လျှောက်လွှာအသစ်များကို လောလောဆယ် လက်မခံတော့ကြောင်းကို မှတ်သားပါ။ လုပ်ငန်းများနှင့် အမြတ်မယူသော အဖွဲ့အားလုံးအား ဖက်ဒရယ် အပ်ဒိတ်များကို စောင့်ကြည့်ရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

COVID-19- ခရီးသွားများနှင့် လေယာဉ်များအတွက် အချက်အလက်များ

သွားလာခြင်း

လေယာဉ်၊ တက္ကစီနှင့် ယာဉ်မျှစီးရေး ပရိဂရမ်များအား အခြေခံ လုပ်ငန်းများအဖြစ် ယူဆပြီး အခြေခံ လုပ်ငန်းများ သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်ကို ဆောင်ရွက်ရန်နှင့် စောင့်ရှောက်မှုပေးရန် သွားလာရသည့် စောင့်ရှောက်ပေးသူများ သွားလာရေးအတွက် ယခုအချိန်ကာလအတွင်း ဆက်လက်၍ လည်ပတ်ဆဲ ဖြစ်ပါသည်။

ခွင့်ပြုထားသော သွားလာမှု

အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များ၊ အခြေခံ အစိုးရဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းတာဝန်များ၊ အခြေခံ လုပ်ငန်းများ၊ အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ် သို့မဟုတ် အနည်းဆုံး အခြေခံ လုပ်ဆောင်မှုများနှင့် ပတ်သက်၍ သွားလာခြင်းကိုသာ ခွင့်ပြုပါသည်။

ခွင့်ပြုထားသော သွားလာမှုတွင် ပါဝင်သည်မှာ-

- သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ ကလေးများ၊ မိခင်များ၊ မသန်စွမ်းသူများ သို့မဟုတ် အခြား အားနည်းချက်ရှိသော လူများအတွက် ကုသရန် သွားလာမှု၊
- အဝေးရောက် သင်ကြားရေး၊ အစားအသောက် လက်ခံခြင်း သို့မဟုတ် အခြား ဆက်စပ် ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ပစ္စည်းများ လက်ခံခြင်း ရည်ရွယ်ချက်အတွက် ပညာရေး အဖွဲ့အစည်းများသို့သွားခြင်း သို့မဟုတ် ပြန်လာခြင်း၊
- တရားစီရင်ပိုင်ခွင့် ပြင်ပမှ အိမ်ရာသို့ ပြန်သွားခြင်း သို့မဟုတ် ပြန်လာခြင်း (ဥပမာ၊ ကျောင်းပိတ်သည့် တက္ကသိုလ်မှ နေအိမ်သို့ ပြန်လာခြင်း)၊
- ဥပဒေ အမိန့်ပြဋ္ဌာန်းရေး သို့မဟုတ် တရားရုံး အမိန့်အရ လိုအပ်သည့် သွားလာမှု၊
- ခရီးသွားရန် လိုအပ်စေသည့် ဘာသာရေး အလုပ်များ သို့မဟုတ် အခြား ကြီးကြပ်မှုများအတွက် အဝေးမှ ပို့ချမှု ပြုလုပ်ရန် ရည်ရွယ်၍ အသင်းတော် ဝန်ထမ်း/ဘုန်းတော်ကြီးက သွားလာမှု၊
- အမြဲတမ်းနေထိုင်သူမဟုတ်သူများအတွက် မြို့တော်ပြင်ပရှိ ၎င်းတို့၏ နေထိုင်ရာအရပ်သို့ ပြန်သွားရန် လိုအပ်သည့် ခရီးသွားလာမှု။ သွားလာမည့်လူများအနေဖြင့် ခရီးမသွားမီ ၎င်းတို့၏ သွားလာရေးယာဉ်က

မြို့တော်အပြင်ဘက်တွင် ဆက်ရှိနေကြောင်းနှင့် လည်ပတ်ဆောင်ရွက်နေသေးကြောင်း အတည်ပြုရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

အများသုံးသွားလာရေးယာဉ်

[CapMetro](#) သည် အစိုးရနှင့် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အာဏာပိုင်များက အကြံပြုထားသည့် အများပြည်သူကျန်းမာရေးနှင့် အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို တိုးမြှင့်လုပ်ဆောင်ရန် ၎င်းတို့၏ ဝန်ဆောင်မှုများတွင် ယာယီ ပြောင်းလဲမှုများကို အကောင်အထည်ဖော်နေပါသည်။

CapMetro သည် ဧပြီတစ်လလုံးတွင် သုံးစွဲသူအားလုံးအတွက် ယာဉ်စီးခ အခမဲ့ စီစဉ်ပေးသွားပါမည်။

- ရည်ရွယ်ချက်မှာ ယာဉ်မောင်းများနှင့် စီးနင်းသူများ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နီးကပ်မှု မဖြစ်စေရန်နှင့် အခြေခံ တာဝန်များကို ဆောင်ရွက်ရန် ဝန်ဆောင်မှုများကို အသုံးပြုသည့် သုံးစွဲသူများကို ပံ့ပိုးရန် ဖြစ်သည်။
- ယာဉ်စီးခ အခမဲ့ဖြင့် စီးနင်းသူများသည် ၎င်းတို့ ယာဉ်စီးကတ်ကို ပြုပြင်ခြင်း၊ ယာဉ်မောင်းကို ငွေပေးရခြင်း သို့မဟုတ် ယာဉ်စီးခပုံးထဲ ထည့်ရခြင်း မလိုအပ်တော့၍ အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို အကူအညီ ဖြစ်စေပါသည်။ ၎င်းက ယာဉ်ပေါ် အတက်အဆင်းကို မြန်လာစေပြီး ယာဉ်ပေါက်ဝများတွင် လူပြုံခြင်းကို လျော့ချပေးပါသည်။
- ယာဉ်စီးခ အခမဲ့ ကာလသည် စီးနင်းသူ ထပ်တိုးလာစေရန် ရည်ရွယ်ခြင်း မဟုတ်ပါ။ စီးနင်းသူများသည် အိမ်တွင်နေပါ ဘေးကင်းစွာ လုပ်ကိုင်ပါ ကာလအတွင်း အခြေခံ သွားလာမှုများအတွက်သာ ယာဉ်ကို အသုံးပြုရန် သတိပေးအပ်ပါသည်။
- MetroAccess သုံးစွဲသူများသည် ယာဉ်ပေါ်မတက်မီ မှန်ကန်သော ID ကို ပြသရန် လိုအပ်ပါဦးမည်။

CapMetro ၏ ဝန်ဆောင်မှု ပြင်ဆင်ချက်များကို [CapMetro.org/COVID19](https://www.capmetro.org/COVID19) တွင် ဆက်လက်၍ စောင့်ကြည့်ပါ။

ယာဉ်မျှစီးရေး ဝန်ဆောင်မှု

ကျွန်ုပ်တို့၏ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ဘေးကင်းရေးအတွက် **Ride Austin** ၏ လုပ်ငန်းများကို ယာယီ ရပ်ဆိုင်းထားပါသည်။

Revel က ၎င်း၏ ယာဉ်စီးရေများကို 10% လျော့ချထားသည်။

Scout's သည် အခြေခံ အလုပ်သမားများ ခရီးသွားနိုင်စေရန် ကနဦး စီစဉ်ထားသည့် ယာဉ်များကို များစွာ လျော့ချထားပါသည်။

Zipcar သည် Austin ရှိ ၎င်း၏ လုပ်ငန်းများကို နောက်လအထိ ရပ်ဆိုင်းထားပြီး ညာလမ်းကြောမှ မော်တော်ယာဉ်များကို ဖယ်ရှားထားပါသည်။

ယာဉ်ငယ်များ

အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များအတွက် သွားလာရန် ယာဉ်ငယ်များကို အသုံးပြုသောအခါ အခြားလူများနှင့် 6+ ပေ ခွာနေပြီး ခရီးစဉ်တစ်ခုပြီးလျှင် လက်များကို ဆေးကြောပါ။

Austin Bcycle သည် အိမ်မှာနေပါ - ဘေးကင်းစွာ လုပ်ပါ အမိန့်ကာလအတွင်း အခြေခံလိုအပ်သော ခရီးများ သွားလာသူတိုင်းကို [အခမဲ့ Austin Bcycle စီးခွင့်များ](#) ပေးထားပြီး Bcycle စက်ဘီးများနှင့် ရပ်နားစခန်းအားလုံးကို သန်ရှင်းခြင်းနှင့် ပိုးသတ်ခြင်း အကြိမ်ရေ တိုးမြှင့်ခဲ့ပါသည်။

Bird သည် မရှိမဖြစ်သော အလုပ်သမားများ သွားလာရာတွင် အသုံးပြုနိုင်စေရန် ယာဉ်ငယ်အစုမှ လွဲ၍ မတ်လ 27 အရ ၎င်း၏ ယာဉ်များစွာကို လျှော့ချခဲ့ပါသည်။

Lyft ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ထမ်းများက အခြေခံ သွားလာမှု အဆင်ပြေစေရန် ဒေသတွင်း ဆေးရုံများအနီးတွင် စကူတာ အသုံးချမှုကို ဦးစားပေး လုပ်ဆောင်နေပါသည်။

အောက်ပါ ကုမ္ပဏီများသည် ၎င်းတို့၏ လုပ်ငန်းများကို ရပ်တန့်ထားပြီး နောက်ထပ် အသိပေးချက်အထိ ညာလမ်းကြောမှ စက်အားလုံးကို ဖယ်ရှားထားပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် Austin 3-1-1 တောင်းဆိုမှုများကို ပြန်ကြားပေးရန် ဝန်ထမ်းများ ရှိပါသေးသည်။

- Lime၊ မတ်လ 17 ရက်အရ
- Wheels၊ မတ်လ 19 ရက်အရ
- Spini၊ မတ်လ 26 ရက်အရ
- JUMP၊ မတ်လ 27 ရက်အရ

Texas ပြည်နယ် သွားလာမှု ရောဂါခြေချုပ်ရေး အမိန့်များ

နောက်ထပ် အသိပေးချိန်အထိ အောက်ပါ လေဆိပ်မှ နောက်ဆုံးနေရာအဖြစ် Texas ပြည်နယ်သို့ ဝင်ရောက်လာသူတိုင်း-

- [New York](#)
- [New Jersey](#)
- [Connecticut](#)
- [California](#)
- [Louisiana](#)
- [Washington](#)
- [Atlanta မြို့တော်၊ Georgia](#)

- [Chicago မြို့တော်၊ Illinois](#)
- [Detroit မြို့တော်၊ Michigan](#)
- [Miami မြို့တော်၊ Florida](#)
-

Texas ပြည်နယ်သို့ ဖော်ပြပါ ယာဉ်လမ်းကြောမှ ဝင်ရောက်လာသူတိုင်းကို-

- [Louisiana](#)

Texas သို့ ဝင်ရောက်လာပြီး 14 ရက်ကာလ သို့မဟုတ် Texas တွင် ရှိနေချိန်၊ ပိုတိုတောင်းသည့် ကာလအထိ [ကိုယ်တိုင် ရောဂါခြေချုပ်ဖြင့်နေရန် ပြဋ္ဌာန်းထားပါသည်။](#)

ကိုယ်တိုင် ရောဂါခြေချုပ်ဖြင့်နေရန် အမိန့်များသည် စစ်တပ် ဝန်ဆောင်မှု၊ အရေးပေါ် ဖြေရှင်းရေး၊ ကျန်းမာရေး ဖြေရှင်းရေး သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံ လုပ်ငန်းများနှင့် စပ်လျဉ်း၍ သွားလာနေသူများနှင့် မသက်ဆိုင်ဘဲ ၎င်းတို့ကို အရေးပေါ် စီမံခန့်ခွဲရေးဆိုင်ရာ Texas ဌာနခွဲက ဆုံးဖြတ်ပေးနိုင်ပါသည်။

ထောက်ပံ့ပို့ဆောင်ရေးနှင့် အမိန့်ပြဋ္ဌာန်းရေး

Texas အများပြည်သူ ဘေးကင်းရေးဌာန (DPS) သည် အဆိုပါ နေရာများမှ ခရီးသွားများအား Texas တွင် လူနေအိမ် သို့မဟုတ် ဟိုတယ်ကဲ့သို့ နေရာတစ်ခုကို ရောဂါခြေချုပ်မှုနေရာတစ်ခုအဖြစ် ရွေးချယ်စေလိုပါသည်။ ခရီးသွားများသည် အမည်အပြည့်အစုံ၊ မွေးနေ့၊ အိမ်လိပ်စာ၊ တယ်လီဖုန်းနံပါတ်နှင့် ယာဉ်မောင်းလိုင်စင် သို့မဟုတ် ပတ်စ်ပို့ အချက်အလက်ကိုလည်း ဖော်ပြရမည်။

DPS Troopers သို့မဟုတ် အခြား အတည်ပြု ငြိမ်းချမ်းရေး အရာရှိများသည် လေဆိပ်တွင် ခရီးသည်တစ်ဦးဆီမှ ဖြည့်စွက်ပြီးဖောင်ကို လာယူပြီး Texas-Louisiana နယ်စပ် တစ်လျှောက်တွင် အုပ်ချုပ်ရေးမှူး အမိန့်ကို ပြဋ္ဌာန်းသွားပါမည်။

ရောဂါခြေချုပ်မှုကာလ 14 ရက်အတွင်း ခရီးသွားများသည် ကျန်းမာရေးဌာန ဝန်ထမ်း၊ သမားတော် သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူမှလွဲ၍ သတ်မှတ် ရောဂါခြေချုပ်နေရာတွင် ဧည့်သည်များနှင့် တွေ့ဆုံမရှိဘဲ အများပြည်သူနေရာများသို့ လည်ပတ်ခြင်း မပြုရပါ။

DPS အထူးအေးဂျင့်များသည် ခရီးသွားများ၏ ရပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တည်ရှိမှုကို အတည်ပြုခြင်းဖြင့် လေးစားလိုက်နာမှုကို စစ်ဆေးရန် သတ်မှတ် ရောဂါခြေချုပ်နေရာများသို့ အသိမပေးဘဲ လည်ပတ်မှုများကို ဆောင်ရွက်ပါမည်။ ကိုယ်တိုင် ရောဂါခြေချုပ်ဖြင့်နေရမည်ဆိုသည့် ဤအမိန့်ကို လိုက်နာခြင်းမရှိခြင်းက ဒဏ်ငွေ \$1,000 အောက် သို့မဟုတ် ရက်ပေါင်း 180 အောက် ကာလအထိ ထောင်ဒဏ် သို့မဟုတ် နှစ်ခုလုံးဖြင့် အပြစ်ပေးခံရနိုင်ပြီး ပြစ်မှုမြောက်ပါသည်။

ဤအမိန့်နှင့် ပတ်သက်၍ မေးခွန်းများအား DPS ဖုန်း (800) 525-5555 သို့ လွှဲပြောင်းသွားပါမည်။

Austin-Bergstrom အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လေဆိပ် လေကြောင်းသွားလာမှု အပ်ဒိတ်များ

AUS ကို အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်အဖြစ် ယူဆပြီး လေဆိပ်ကို ဆက်လက်၍ ဖွင့်ထားပါသည်။ လေဆိပ် လုပ်ဆောင်မှုများနှင့် ပတ်သက်၍ နောက်ဆုံးရ အသေးစိတ်အတွက် အောက်ပါ လင့်ခ်ကို သုံးပါ။

[AUS COVID-19 အပ်ဒိတ်များ](#)

အပ်ဒိတ်များအတွက် ၎င်းတို့၏ လူမှုကွန်ရက်နှင့် Presidential Boulevard တစ်လျှောက်ရှိ ဒစ်ဂျစ်တယ် ဆိုင်းဘုတ်ကို ကြည့်ပါ။

လေဆိပ် သန့်ရှင်းခြင်းနှင့် ပိုးသတ်ခြင်း

အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို လိုက်နာရန် လေဆိပ်သည် ပို့ဆောင်ယာဉ်များတွင် တစ်ကြိမ်စာ ခရီးသည်ဦးရေတိုင်းကို ကန့်သတ် လျက်ရှိပါသည်။ AUS သည် မော်တော်ယာဉ်များ သန့်ရှင်းရေးစီစဉ်မှုများ စီးနင်းသူများ ဘေးကင်းစေရန်လည်း လုပ်ကိုင်နေပါသည်။ ပို့ဆောင်ယာဉ်များကို ပိုးသတ်ဆေးဖြင့် သန့်ရှင်းထားပြီး လက်ရန်းကဲ့သို့ ထိတွေ့မှုများသော နေရာများကို တစ်နေ့လျှင် အကြိမ်ရေများစွာ ပွတ်သုတ်ပါသည်။

ထို့အပြင် ဖော်ပြပါ သန့်ရှင်းခြင်းနှင့် ပိုးသတ်ခြင်း လုပ်ဆောင်ချက်ကိုလည်း ဆောင်ရွက်နေပါသည်-

- လူသွားလူလာများသော နေရာများ (TSA စစ်ဆေးရေးဂိတ်အလွန် ကဲ့သို့) တွင် လက်သန့်ဆေးရုံများကို ထပ်တိုး ထားရှိပါသည်။
- ဆိုင်းဘုတ်ကို ကြေညာထားပြီး ဝန်ထမ်းများက အထွေထွေ သန့်ရှင်းရေး အလေ့အကျင့်ကောင်းများအပြင် အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို လိုက်နာရန် ကြေညာချက်များ ပြုလုပ်နေပါသည်။
- တယ်လီဖုန်းရုံများ၊ စင်မြင့်များ၊ တံခါးလက်ကိုင်များ၊ ကီးပတ်များ၊ လက်ရန်းများ၊ ရေပန်းများ၊ ထိုင်ခုံနှင့် လုံခြုံရေး အမှိုက်ပုံးများ ကဲ့သို့ “ထိတွေ့မှုများသော” ဧရိယာများတွင် ပိုးသတ်ခြင်းကို အလေးထားပါသည်။
- သန့်ရှင်းရေး ဝန်ထမ်းများက အများပြည်သူ ဧရိယာများတွင် အလေးထားလုပ်ကိုင်နေပြီး အချို့အခြေအနေများတွင် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ထုံးများကို မြှင့်တင်ရာတွင် ကူညီပေးရန် အခြား ဌာနခွဲများမှ ဝန်ထမ်းများကိုပါ ခေါ်ယူနေရပါသည်။ အဆောက်အအုံ ဝန်ထမ်းများ၌ အလုပ်လုပ်ရာတွင် အသုံးပြုနိုင်မည့် ပိုးသတ်ဆေးဘူးများ ရှိပါသည်။ သန့်ရှင်းရေးဝန်ထမ်းအားလုံးကလည်း လက်အိတ်များကို အသုံးပြုပြီး နှာခေါင်းစည်းများ ရယူလိုပါကလည်း တောင်းဆိုနိုင်ပါသည်။
- ပုံမှန် လက်ဆေးခြင်း ကဲ့သို့ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုပုံစံကောင်းကို ကျင့်သုံးရန်နှင့် အများနှင့် ပူးပေါင်းပါဝင်ရန်၊ ဖြစ်နိုင်ပါက ကပ်လျပ်လူများနှင့် အနည်းဆုံး 6 ပေခွာနေရန်နှင့် လူစုများ သို့မဟုတ် တွေ့ဆုံမှုများကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်းဖြင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို လိုက်နာရန် နယ်ပယ်အားလုံးမှ ဝန်ထမ်းများအား တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။ လေကြောင်းလုပ်ငန်းများသည် လေဆိပ် လုပ်ဆောင်မှုများ ဆောင်ရွက်သည့်

ဝန်ထမ်းများကို အချိန်လွှဲ၍ အဆိုင်းချနေပါသည်။ ဖြစ်နိုင်ပါက လေယာဉ် ဝန်ထမ်းများက အိမ်ကနေ အလုပ်လုပ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏ ခရီးသွား အစီအစဉ်များကို ပြောင်းလိုပါက ဘာလုပ်ရမလဲ။

လာမည့် ခရီးစဉ်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍ စိုးရိမ်မှုများ ရှိနေသည့် ခရီးသွားများအတွက် ၎င်းတို့ လေယာဉ်များ၏ အချိန်ဇယား ပြန်လည် စီစဉ်နိုင်ခြေနှင့် ပတ်သက်၍ သက်ဆိုင်ရာ လေကြောင်းလိုင်းများထံ ဆက်သွယ်ပါရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

ဘယ်လို လေကြောင်းလိုင်းတွေက COVID-19 ကို ဖြေရှင်းရာတွင် ပါဝင်နေပါသလဲ။

AUS ရှိ လေကြောင်းလိုင်းများအပါအဝင် လေကြောင်းလိုင်းအချို့သည် လေယာဉ်ဝန်ဆောင်မှု လမ်းကြောင်း အကြိမ်ရေကို ပြောင်းလဲရန် သို့မဟုတ် လျှော့ချရန် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချနေပါသည်။ လေယာဉ်ဝန်ဆောင်မှု ပြောင်းလဲမှုများနှင့် စပ်လျဉ်းသော နောက်ထပ် အချက်အလက်နှင့် လေကြောင်းလိုင်းများ လက်ရှိ ဆောင်ရွက်နေသည့် အခြား အချက်အလက်များအတွက်၊ သင့်လေကြောင်းလိုင်းထံ ဆက်သွယ်ပါ။

အိမ်တွင်နေရန် အမိန့်ဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ

Austin အုပ်ချုပ်ရေးမှူး Steve Adler နှင့် Travis ကောင်တီ တရားသူကြီး Sarah Eckhardt တို့က [အိမ်မှာနေပါ - ဘေးကင်းစွာ လုပ်ပါ အမိန့်](#) ကို မေလ 8 ရက်၊ 2020 အထိ ထပ်တိုးခဲ့ပါသည်။ ဤအမိန့်အရ ပြည်သူများသည် COVID-19 ထပ်တိုး ကူးစက်မှုကို တားဆီးရန် မုချလိုအပ်သော လုပ်ဆောင်ချက်များနှင့် မုချလိုအပ်သော လုပ်ငန်းများအတွက်မှတစ်ပါး နေအိမ်တွင် နေရပါမည်။ ထို့အပြင်၊ အမိန့်အရ ပြည်သူများသည် အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များ သို့မဟုတ် အလုပ် ဆောင်ရွက်နေစဉ် ရက်ထည် မျက်နှာအကာအကွယ်များကို ဝတ်ဆင်ရပါမည်။

အမိန့်သည် စုဝေးသည့်လူအရေအတွက်ကို ထည့်မစဉ်းစားဘဲ လူစုလူဝေးများ၊ ဆိုင်တွင်း/ပြင်ထိုင်စားသော စားသောက်ဆိုင်၊ ဘားများသို့သွားခြင်း၊ ဖျော်ဖြေရေးကွင်းများ သို့မဟုတ် ကာယလေ့ကျင့်ခန်းမများနှင့် ကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်ရေးစင်တာများ အပါအဝင် အခြေခံမဟုတ်သော လုပ်ငန်းများနှင့် အခြေခံမဟုတ်သော လုပ်ဆောင်ချက်များကို တားမြစ်ပါသည်။ အမိန့်သည် ကုန်စုံဆိုင်၊ ဆေးဆိုင်၊ ပါဆယ်စားသောက်ဆိုင်သို့ သွားခြင်း၊ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှု ရယူခြင်း သို့မဟုတ် သင့်အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်ဖြင့် လမ်းလျှောက်ထွက်ခြင်း အပါအဝင် အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များကို ခွင့်ပြုပါသည်။

အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များ၏ ဥပမာများတွင် ပါဝင်သည်မှာ-

- **ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းရေး-** ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ အရေးပေါ် ဝန်ဆောင်မှုများ၊ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာပစ္စည်းများ သို့မဟုတ် ဆေးဝါးများ ရယူခြင်း
- **လိုအပ်သော ပစ္စည်းများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ-** ကုန်စုံပစ္စည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်ပြီး စားစရာ ပါဆယ်များ၊ အရက်ဆိုင်များ၊ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန် အစားအစာနှင့် အိမ်တွင်နေရန် လိုအပ်သည့် ပစ္စည်းများ ရယူခြင်း
- **အိမ်အပြင်ဘက် သွားလာမှုနှင့် လေ့ကျင့်ခန်း-** လူအများကြားတွင် အနည်းဆုံး ခြောက်ပေခွာ၍ လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ ခြေလျင်ခရီးထွက်ခြင်း၊ စက်ဘီးစီးခြင်း သို့မဟုတ် ပြေးခြင်းကဲ့သို့ အပြင်ဘက်တွင် သွားလာလှုပ်ရှားခြင်း
- **အခြေခံ အလုပ်နှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ-** အများပြည်သူ၏ ကျန်းမာရေး၊ ဘေးကင်းရေးနှင့် ဖူလုံရေးကို ကာကွယ်ရန် အလွန်အရေးပါသော လုပ်ငန်း၏ စဉ်ဆက်မပြတ်ဆောင်ရွက်မှုအတွက် လိုအပ်သော ဝန်ဆောင်မှုအားလုံး ပါဝင်သည့် အခြေခံ လုပ်ငန်းတွင် အလုပ်ဆောင်ရွက်ခြင်း
- **အခြားလူများအတွက် စောင့်ရှောက်မှု-** မိသားစုဝင်၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ ကလေးများ၊ မိခင်များ၊ မသန်စွမ်းသူများ သို့မဟုတ် အိမ်ထောင်စုရှိ အခြား အားနည်းသူများကို စောင့်ရှောက်ပေးခြင်း

[အများပြည်သူကျန်းမာရေး အမိန့် \(PDF\) ကို ဖတ်ပါ](#)

သိထားရမည့်အချက်များ

ဤသည်မှာ မဖြစ်မနေ တားမြစ်မိန့်မဟုတ်ကြောင်းကို သိထားရန်မှာ အရေးကြီးပါသည်။ အများပြည်သူကျန်းမာရေး အမိန့်အရ Austin/Travis ကောင်တီတွင် နေထိုင်သူများသည် မလိုအပ်ဘဲ အပြင်မထွက်ဘဲ COVID-19 ကူးစက်မှုကို ထိန်းသိမ်းရန် တတ်နိုင်သမျှ အိမ်တွင် နေပေးရပါမည်။

ကုန်စုံပစ္စည်းများ ဝယ်ရန်၊ ပြေးရန်၊ ခွေးဖြင့်လမ်းလျှောက်ရန်၊ ဆေးဝါးဝယ်ရန်၊ ဆရာဝန်ထံ ပြသရန် သို့မဟုတ် အလုပ် အသွားအပြန် (အခြေခံ လုပ်ငန်းအဖြစ် သတ်မှတ်ထားပါက) အတွက် အိမ်အပြင်ထွက်ခြင်းမှာ ကိစ္စမရှိပါ။ သို့သော်၊ သင့်အိမ်ရာမှ ထွက်ခွာချိန်တွင် ရက်ထည် မျက်နှာအကာအကွယ်ကို မဖြစ်မနေ ဝတ်ဆင်ပြီး ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို လိုက်နာရမည်။

အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များ သို့မဟုတ် အလုပ်များအတွက် သွားလာရန် ပုံမှန် ID သတ်မှတ်ချက်များလိုအပ်ပြီး ထပ်ဆောင်း စာရွက်စာတမ်းများ မလိုပါ။

မျက်နှာအကာအကွယ် အချက်အလက်များ

COVID-19 ဗိုင်းရပ်စ် မရှိသော ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနေသူများ၏ သိသာသော ရာခိုင်နှုန်း။ ရောဂါကူးစက်ထားသူသည် ရောဂါလက္ခဏာများ မပြသမီ အခြားလူများထံ ဗိုင်းရပ်စ် တစ်ဆင့်ကူးစက်စေနိုင်သောကြောင့်၊ COVID-19 ကူးစက်မှုကို တားဆီးနိုင်စေရန် သင့်အိမ် သို့မဟုတ် အိမ်ရာ အပြင်ဘက်တွင်ရှိသောအခါ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်အတွက် အကာအကွယ်ကို လိုအပ်ပါသည်။ ၎င်းက ရောဂါ

ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအတွက် စင်တာများ (CDC) နှင့် Austin-Travis ကောင်တီ ကျန်းမာရေး အာဏာပိုင်၏ တွေ့ရှိချက်များနှင့် ကိုက်ညီပါသည်။

မျက်နှာအကာအကွယ်ကို ဝတ်ဆင်ခြင်းက အများနှင့် 6 ပေခွာနေခြင်းနှင့် လက်ဆေးခြင်းကို အစားထိုးပေးခြင်းမဟုတ်ဘဲ ၎င်းတို့က ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်မှုကို လျော့နည်းစေရန် အရေးကြီး အဆင့်များ ဖြစ်နေဆဲပါ။ အသက်ဆယ်နှစ်အထက် လူတိုင်းက ဖော်ပြချိန်များတွင် ၎င်းတို့၏ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်အတွက် အိမ်လုပ်နှာခေါင်းစည်း၊ ခေါင်းစည်းပဝါ၊ ဘန်ဒါနာ သို့မဟုတ် လက်ကိုင်ပဝါ ကဲ့သို့သော အကာအကွယ် ပုံစံတစ်ခုခုကို မဖြစ်မနေ ဝတ်ဆင်ရမည်-

- အများပြည်သူ သွားလာနိုင်သည့် အဆောက်အအုံသို့ သို့မဟုတ် ၎င်း၏ အတွင်းထဲသို့ ဝင်ရောက်ချိန်
- အများသုံးသွားလာရေးယာဉ်၊ တက္ကစီ သို့မဟုတ် မျှဝေစီးသော ယာဉ်များကို အသုံးပြုချိန်
- ဂတ်စ်ဖြည့်ချိန်

အပြင်တွင်ရှိချိန်နှင့် လူတစ်ဦးနှင့် ၎င်း၏ အိမ်ထောင်စုတွင်းမှ မဟုတ်သူများကြားတွင် ခြောက်ပေခွာ၍ နေမရချိန်

မျက်နှာအကာအကွယ်များ မလိုအပ်ချိန်-

- ကိုယ်ပိုင်မော်တော်ယာဉ်တွင် လိုက်ပါစီးနင်းခြင်း
- သီးသန့်နေရာတွင် တစ်ဦးတည်း ရှိချိန်
- ၎င်းတို့၏ အိမ်ထောင်စု သို့မဟုတ် အိမ်ရာမှ အခြားလူများသာ ရှိချိန်တွင်
- ထိုသို့လုပ်ခြင်းက အသက်ရှူရခက်သူ သို့မဟုတ် သတိလစ်တတ်သူ၊ မသန်စွမ်းသူ သို့မဟုတ် တစ်နည်းအားဖြင့် အကူအညီမပါဘဲ အကာအကွယ်ကို ကိုယ်တိုင်မဖယ်ရှားနိုင်သူ တစ်စုံတစ်ယောက် ကဲ့သို့ ပိုဆိုးရွားသော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး၊ ဘေးကင်းရေး သို့မဟုတ် လုံခြုံရေးအန္တရာယ်ရှိသူများကို အန္တရာယ်ဖြစ်စေချိန်
- အစာစားချိန်

အသက် 10 နှစ်အောက် ကလေးများ နေအိမ်အပြင်၌ ရှိချိန်တွင် ၎င်းတို့ နှာခေါင်းစည်း ဝတ်ခြင်းအတွက် ထိုကလေးများ၏ မိဘများက တာဝန်ယူရပါမည်။

ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အဆင့်မီ (N95) နှင့် ခွဲစိတ်ခန်းသုံး နှာခေါင်းစည်းများကို ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူများနှင့် ရှေ့တန်းက ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းပေးနေသူများအတွက်သာ ဖယ်ထားပြီး ၎င်းတို့ကသာ အသုံးပြုရပါမည်။ အဝတ်စ မျက်နှာအကာအကွယ်များ ပြုလုပ်နည်း ဥပမာများကို [“သင်နှင့် သင့်မိသားစု”](#) အောက်တွင်နှင့် CDC တွင် တွေ့နိုင်ပါသည်။

မေးလေ့ရှိသည့်မေးခွန်းများ

[အိမ်မှာနေပါ - ဘေးကင်းစွာ လုပ်ပါ အမိန့် မေးလေ့ရှိသည့်မေးခွန်းများ \(PDF\)](#) အပြည့်အစုံကို ဒေါင်းလုဒ်ဆွဲပါ

အိမ်တွင်နေပါ အမိန့်ကို ဘာလို့ ပြဋ္ဌာန်းထားတာလဲ။

လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်မှု အမြောက်အများရှိနေပြီး ၎င်းကူးစက်မှုက လူအများကြားတွင် အလွယ်တကူ ဖြစ်ပေါ်နေပါသည်။ ကူးစက်ထားသူတွင် ရောဂါလက္ခဏာများ မရှိပါ သို့မဟုတ် မပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများသာ ရှိနေပြီး နေထိုင်မကောင်း သိပ်မဖြစ်လျှင်ပင် ဗိုင်းရပ်စ်က အလွယ်တကူ ကူးစက်နိုင်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် ကိုယ်ခံအားစနစ် အားနည်းသည့် အသက် 60 ကျော် အရွယ်များနှင့် ရောဂါအခံရှိသူများက ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်ခံရသည့်အခါ ပြင်းထန်သော ထပ်တိုးရောဂါများ ဖြစ်ပွားလာပြီး အောက်ဆီဂျင် သို့မဟုတ် အသက်ရှူစက် ကဲ့သို့ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အကူစနစ်များကို လိုအပ်နိုင်ပါသည်။

ဗိုင်းရပ်စ်မှာ အလွန်လွယ်ကူစွာ ကူးစက်သောကြောင့် ဤအမိန့်ကဲ့သို့ ဟန့်တားမှု မရှိပါက လူများက ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကုသမှု လိုအပ်နိုင်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏ဆေးရုံကိုပါ ဝန်ပိလာစေပါမည်။ အပြင်းထန်ဆုံး ဖျားနာသူများအတွက် ပြည့်စုံလုံလောက်စွာ ကုသပေးရန် ကုတင်များ သို့မဟုတ် စက်ပစ္စည်းများလည်း မလုံလောက်ခြင်းလည်း ဖြစ်သွားနိုင်ပါသည်။ ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်မှုကို နှေးကွေးစေရန် ကျွန်ုပ်တို့ လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိသမျှဖြင့် ဆောင်ရွက်နေပြီး ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု စနစ်တစ်ခုလုံး အခက်အခဲမဖြစ်စေရန် “ကူးစက်နှုန်းလျော့နည်းရေး” မှာ အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ လိုက်နာပါက COVID-19 ဖြင့် ဖျားနာသူ သို့မဟုတ် မတော်တဆ ထိခိုက်မှုများ၊ နှလုံးရောဂါများ၊ လေဖြတ်မှုများနှင့် အခြား ပြင်းထန်သော ရောဂါဝေဒနာများအတွက် အရေးပေါ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှု လိုအပ်သူများအတွက် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှု ပေးနိုင်မည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

အမိန့်က ဘယ်လောက်ကြာ အကျုံးဝင်မှာလဲ။

ကနဦးအမိန့်သည် မတ်လ 24 ရက် အင်္ဂါနေ့ ည 11:59 မှ ဧပြီလ 13 ရက်၊ 2020 အထိ အကျုံးဝင်ခဲ့ပြီး Austin နှင့် Travis ကောင်တီတွင် COVID-19 ထပ်တိုး ကူးစက်မှု မဖြစ်စေရန် လက်ရှိတွင် မေလ 8 ရက်နေ့၊ 2020 အထိ ထပ်တိုးထားပါသည်။

အမိန့်ကို ဘယ်သူ ထုတ်ပြန်တာလဲ။ Texas ပြည်နယ်တစ်ခုလုံးက အမိန့်နှင့် သက်ဆိုင်ပါသလား။

Austin အုပ်ချုပ်ရေးမှူး Steve Adler က Austin မြို့တော်အတွက် အမိန့်ကို ထုတ်ပြန်ပေးပါသည်။ Travis နှင့် Williamson ကောင်တီများ၊ Cedar Park နှင့် Round Rock တို့ကလည်း အလားတူ အမိန့်များ ထုတ်ပြန်ထားပါသည်။ အမိန့်များသည် စီရင်ပိုင်ခွင့်တစ်ခုစီနှင့် သက်ဆိုင်ပြီး ပြည်နယ်တစ်ခုလုံးနှင့်တော့ မသက်ဆိုင်ပါ။ သို့သော်၊ အုပ်ချုပ်ရေးမှူး Greg Abbott သည် ဧပြီလ 30 ရက်၊ 2020 အထိ အုပ်ချုပ်ရေးမှူး အမိန့်ကို ထုတ်ပြန်ခဲ့ပါသည်။

ကလေးထိန်းကျောင်းများက အမိန့်နှင့် သက်ဆိုင်ပါသလား။

ကလေးထိန်းကျောင်းများသည် အခြေခံ လုပ်ငန်းများ၊ အခြေခံ အစိုးရဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းတာဝန်များတွင် သို့မဟုတ် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်တွင် အလုပ်လုပ်နေသည့် ဝန်ထမ်းများ ဝန်ဆောင်မှုပေးနေပါက ဆက်လက်၍

လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ ကလေးထိန်းကျောင်းများသည် 10 ဦး သို့မဟုတ် ယင်းအောက်ပါသည့် အဖွဲ့များကို မပြောင်းလဲဘဲ ထားရှိခြင်းဖြင့် အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်း သတ်မှတ်ချက်များကို လိုက်နာကာ အဖွဲ့တွင်းမှ ကလေးများကို မပြောင်းလဲ၊ စောင့်ရှောက်ပေးသူ တစ်သတ်မတ်တည်းထားရှိကာ ကလေးများကို အုပ်စုတစ်ခုမှ တစ်ခု သို့မဟုတ် အုပ်စုများကြား မပြောင်းလဲရပါ။

သူငယ်ချင်းများနှင့် မိသားစုထံ သွားလည်နိုင်ပါသလား။

အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်များနှင့် အခြေခံ အလုပ် သို့မဟုတ် အိမ်ထောင်စု သို့မဟုတ် နေအိမ်တိုက်ခန်း တစ်ခုတည်းမှ အိမ်သူအိမ်သားများမှ လွဲ၍ အိမ်ထောင်စု သို့မဟုတ် နေအိမ်တိုက်ခန်း မတူသည့် သူငယ်ချင်းများနှင့် မိသားစုများ စုဝေးခြင်း အပါအဝင် အိမ်ထောင်စု သို့မဟုတ် နေအိမ်တိုက်ခန်း မတူသည့် လူဘယ်နှစ်ဦးဦးဖြင့် လူထုနှင့် သီးခြား စုဝေးမှုအားလုံးကို တားမြစ်ထားပါသည်။

လူအချင်းချင်း ကူးစက်မှု အရေအတွက်ကို ပို၍ ကန့်သတ်နိုင်လေ ကူးစက်မှုကို ထိန်းသိမ်းနိုင်လေ ဖြစ်ပါသည်။

အသင့်တော်ဆုံး လုပ်ရပ်ဖြစ်သည့် တယ်လီဖုန်း သို့မဟုတ် ဗာကျူရယ် လည်ပတ်မှုများကိုသာ ပြုလုပ်သင့်ပါသည်။ မိသားစုဝင်၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ ကလေးများ၊ မိခင်များ၊ မသန်စွမ်းသူများ သို့မဟုတ် အိမ်ထောင်စုရှိ အခြား အားနည်းသူများကို စောင့်ရှောက်ပေးခြင်းကို အခြေခံ လုပ်ဆောင်ချက်ဟု ယူဆပြီး အမိန့်နှင့် သက်ဆိုင်ခြင်း မရှိပါ။

လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် ကျွန်ုပ်၏ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်နှင့် လမ်းလျှောက်ခြင်း လုပ်နိုင်ပါသလား။

လုပ်နိုင်ပါသည်။ ခြောက်ပေခွာ၍ ရပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို လိုက်နာသရွေ့ လမ်းလျှောက်ထွက်ခြင်း၊ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်နှင့် အပြင်ထွက်ခြင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ Austin မြို့တော် ပန်းပင်စိမ်းနှင့် တောလမ်းကလေးများကို လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ ခြေလျင်ခရီး၊ ရွှေပြေးခြင်း သို့မဟုတ် စက်ဘီးစီးခြင်း ကဲ့သို့ လှုပ်ရှားမှုများအတွက် ဖွင့်ထားပါသည်။ သို့သော် အဆောက်အအုံအချို့နှင့် အပန်းဖြေနေရာများကို ပိတ်ထားပါသည်။ မြို့တော်၏ မွမ်းမံထားသော ပန်းခြံစနစ် လုပ်ဆောင်မှုများ အသေးစိတ်ကို ဤနေရာတွင် ကြည့်ပါ။

ဝတ်ပြုရန်နေရာသို့ သွားနိုင်ပါသလား။

သွားနိုင်ပါသည်။ ဝတ်ပြုမှုကို နေအိမ် သို့မဟုတ် အဝေးမှ ပြုလုပ်မရနိုင်လျှင် သက်ဆိုင်ရာ ဝတ်ပြုနေရာတွင် စုဝေးနိုင်ပါသည်။ အိမ်ထောင်စု တစ်ခုတည်းမှ မဟုတ်သူများနှင့် အိမ်ရာအပြင်ဘက်တွင် စုဝေးရသည့် အခြေအနေ၌ အိမ်တွင်နေပါ အမိန့်၏ အပိုင်း 6 တွင် ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို မဖြစ်မနေ လိုက်နာရမည်။ အုပ်ချုပ်ရေးမှူး Abbot ၏ ဧပြီလ 2 ရက်နေ့၊ 2020 တွင် ထုတ်ပြန်ခဲ့သည့် အုပ်ချုပ်ရေးမှူး အမိန့်အရ ဤအမိန့်ကို ပြောင်းလဲထားသည်။

အဝတ်လျှော်ဆိုင်သို့ သွားလို့ရပါသလား။

သွားနိုင်ပါသည်။ အဝတ်လျှော်ဆိုင်များ၊ မီးပူတိုက်ပေးသူများနှင့် အဝတ်လျှော် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများကို အခြေခံ လုပ်ငန်းများအဖြစ် ယူဆပါသည်။ သို့သော် တတ်နိုင်သမျှ အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို လိုက်နာပြီး လက်ဆေးရပါမည်။

အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု ခံရသူများအတွက် ဘယ်လို အကူအညီ ရနိုင်ပါသလဲ။

အိမ်တွင်းနေရန်မှာ သင့်အတွက် စိတ်မချရတော့ပါက ဤအမိန့်ကာလအတွင်း နေထိုင်ရန် စိတ်ချရသည့် တခြားနေရာသို့ သွားပေးပါ။ ဆက်သွယ်ရန်-

[ဘေးကင်းရေး- 512-267-7233](tel:512-267-7233)

[Hope Alliance- 800-460-7233](tel:800-460-7233)

[နိုင်ငံတော် အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုဆိုင်ရာ ဟော့လိုင်း- 1-877-863-6338](tel:1-877-863-6338)

[@SAFEatx](https://www.facebook.com/SAFEatx)

အိမ်ခြေရာမဲ့ ဖြစ်နေသူများအပေါ် အမိန့်က ဘယ်လို သက်ရောက်ပါသလဲ။

အိမ်ခြေရာမဲ့သူများသည် ခိုလှုံရာနေရာတွင်နေပါ အမိန့်နှင့် မသက်ဆိုင်သော်လည်း ခိုလှုံရာကို ရှာဖွေရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။ အိမ်ရာမဲ့လူဦးရေအတွက် ရနိုင်သည့် ရင်းမြစ်များကို အတတ်နိုင်ဆုံး တိုးမြှင့်ပေးသွားရန် မြို့တော်သည် ပြည်နယ်နှင့် ဒေသတွင်း လက်တွဲလုပ်ကိုင်သူများနှင့် ဆက်လက် လုပ်ကိုင်သွားပါမည်။ လူတစ်ဦးချင်းက မျှဝေထားသော သို့မဟုတ် အပြင်ဘက်နေရာများတွင် နေရသည့်အခြေအနေတွင်ပင် ၎င်းတို့အနေဖြင့် အတတ်နိုင်ဆုံး ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းနှင့် မျက်နှာအကာအကွယ် သတ်မှတ်ချက်များကို လိုက်နာပေးရပါမည်။ နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက် www.AustinTexas.gov/Homelessness ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

အမိန့်ကို ဘယ်လိုမျိုး အာဏာတည်စေပါသလဲ။

အမိန့် ချိုးဖောက်မှုမှာ ပြစ်မှုမြောက်သော်လည်း အာဏာတည်ရေးက အများပြည်သူကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းရေးအတွက် မိမိကိုယ်တိုင် စည်းကမ်းလိုက်နာမှုနှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း၏ ပါဝင်လုပ်ဆောင်မှုအပေါ် အလုံးစုံ မှီခိုနေရပါသည်။ ၎င်းက မလိုလားအပ်ဘဲ လူအချင်းချင်း ထိတွေ့ဆက်ဆံမှုကို အတတ်နိုင်ဆုံး လျှော့ချရမည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။ လက်ရှိတွင် အမိန့်နှင့် ပတ်သက်၍ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းကို အသိပညာပေးရေးနှင့် သတင်းပေးရေးအပေါ် အာရုံစိုက်လုပ်ကိုင်နေပါသည်။ ဆန္ဒအလျောက် လေးစားလိုက်နာမှုများစွာ ရှိခဲ့ပါသည်။ လိုအပ်ပါက ငြိမ်းချမ်းရေးအရာရှိများ၊ Austin မြို့တော် စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းရေးဌာန စစ်ဆေးရေးအရာရှိများနှင့် Austin မီးသတ် ထိပ်တန်းအရာရှိတို့က ဤအမိန့်ကို ထပ်မံတင်းကျပ်သွားပါမည်။ ဤအမိန့် ချိုးဖောက်မှုများမှာ အသေးစားပြစ်မှုဖြစ်ပြီး ဒဏ်ငွေ \$1,000 အောက် သို့မဟုတ် ရက်ပေါင်း 180 အောက် ကာလအထိ ထောင်ဒဏ်

အပြစ်ပေးခံရပါမည်။ ချိုးဖောက်မှုများကို 311 (512-974-2000) သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုခြင်းဖြင့် သို့မဟုတ် အက်ပ် သုံး၍ သို့မဟုတ် အွန်လိုင်းတွင် တိုင်ကြားစာ တင်ပြ၍ 3-1-1 ထံ တိုင်ကြားနိုင်ပါသည်။

လူစုလူဝေးများကို သင်မြင်တွေ့ရပါက တိုင်ကြားရန် 3-1-1 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ ကျွန်ုပ်တို့အဖွဲ့က တိုက်ကြားချက်ကို အတည်ပြုရန် လာရောက်ပြီး အမိန့်နှင့် အညီ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းနှင့်အတူ ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် လိပ်စာဖော်ပြပေးဖို့ မမေ့ပါနှင့်။ ခေါ်ဆိုမှုက စနစ်တွင်းသို့ ရောက်သွားသည်နှင့် စစ်ဆေးရေးအရာရှိများက နံနက် 7 နာရီ - ည 11 နာရီအချိန်အတွင်း တိုင်ကြားချက်များအတွက် နောက်ဆက်တွဲလုပ်သွားပါမည်။ COVID-19 ဆက်စပ် ခေါ်ဆိုမှုများမှာ ဦးစားပေးဖြစ်ပြီး စစ်ဆေးရေးအရာရှိသည် ဖော်ပြပါ လိပ်စာသို့ အမြန်ဆုံး ရောက်လာပါမည်။

လက်ရှိအမိန့်များအရ ကျွန်ုပ်၏ အိမ်တွင် စစ်ဆေးရေးအရာရှိ ရှိနေခြင်းက စိတ်ချရပါသလား။

နေထိုင်သူများနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ စစ်ဆေးရေးအရာရှိများ ဘေးကင်းစေရန်၊ အသက် သို့မဟုတ် ဘေးကင်းလုံခြုံရေးအတွက် လက်ငင်း အန္တရာယ် ရှိနေချိန်မှတစ်ပါး လူနေအိမ်များထဲသို့ ဝင်ရောက်၍ စစ်ဆေးမှုများကို ယာယီ ဆိုင်းငံ့ထားပါသည်။

လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရင်းမြစ်များ- အကူအညီ ရယူရန် နည်းလမ်း

ရနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများ

လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း စုဝေးမှုများ၊ စားသောက်ဆိုင်များနှင့် ဘားများအတွက် COVID-19 အမိန့်အသစ်ကို ချမှတ်ထားသည်ဖြစ်၍ Austin-Travis ကောင်တီသည် တားမြစ်မှုများကြောင့် အထိခိုက်ခံရဆုံး ဖြစ်နိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှု၊ ပွဲများ၊ ဂီတနှင့် အခြား လုပ်ငန်းနယ်ပယ်များမှ လူအများကို ကူညီရန် အများပြည်သူအဖွဲ့များနှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအပြင် စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု လက်တွဲလုပ်ကိုင်သူများက ပံ့ပိုးပေးထားသည့် ဝန်ဆောင်မှုမျိုးစုံကို အသားပေး ဖော်ပြလျက်ရှိပါသည်။

အိမ်တွင်း ပညာရေးနှင့် ဖျော်ဖြေရေး ရင်းမြစ်များ

ပန်းခြံများနှင့် အပန်းဖြေဌာနမှ ဗာကျူရယ် ပြည့်စုံကြွယ်ဝမှု

ပန်းခြံများနှင့် အပန်းဖြေဌာန (PARC) သည် အွန်လိုင်း အပန်းဖြေမှုမျိုးစုံနှင့် သင်ကြားရေး၊ လေ့ကျင့်ခန်းနှင့် မိသားစု လှုပ်ရှားမှုများ အပါအဝင် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အတွေ့အကြုံများကို စီစဉ်ပေးထားပါသည်။

www.austintexas.gov/parkprograms ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

Austin အများပြည်သူ စာကြည့်တိုက် ဗာကျူရယ် စာကြည့်တိုက်

Austin အများပြည်သူ စာကြည့်တိုက်သည် eBook များ၊ eAudiobook များ၊ မဂ္ဂဇင်းများ၊ ရုပ်ရှင်များနှင့် ဂီတတို့ကို သင့်ကွန်ပျူတာ သို့မဟုတ် မိုဘိုင်းဖုန်းတွင် 24/7 ဒေါင်းလုဒ်လုပ် သို့မဟုတ် တိုက်ရိုက်ဖွင့်၍ ဖတ်နိုင်၊ နားဆင်နိုင်ပြီး ကြည့်ရှုနိုင်စေမည့် “ဗာကျူရယ် စာကြည့်တိုက်” ကို ဖွင့်ထားပါသည်။ နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက်၊ library.austintexas.gov/virtual ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

Austin ISD အိမ်တွင်း သင်ယူလေ့လာရေး

Austin ISD အိမ်တွင်း သင်ယူလေ့လာရေးသည် မိသားစုဝင်များ သို့မဟုတ် အခြား လူကြီးများနှင့် နေအိမ်တွင် ကျောင်းသားများ လွတ်လပ်စွာ လေ့လာနိုင်မည့် အွန်လိုင်းနှင့် အော့ဖ်လိုင်း စိတ်ကူးပေါင်းများစွာ ပါရှိသော စိတ်ကြိုက် ရင်းမြစ်များကို စီစဉ်ပေးထားပါသည်။ ထပ်ဆောင်း ရင်းမြစ်များကို ထည့်သွင်းသွားပါမည်။ မကြာခဏ ဝင်ကြည့်ပေးပါ။ ဝင်သုံးရန် <https://sites.google.com/austinisd.org/aisd-learning-at-home> သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။

UT ဇီဝမျိုးကွဲစင်တာ

UT ဇီဝမျိုးကွဲစင်တာတွင် "Tower Girl" (တာဝါမလေး) ဟု အမည်ပြောင်ရထားသည့် အမဲလိုက်သိမ်းငှက်မလေး၏ အိမ်ဖြစ်သော UT Tower ကို စောင့်ကြည့်သည့် လိုက်ဖ် သိန်းငှက် ကင်မရာ ရှိပါသည်။ နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက်၊ biodiversity.utexas.edu/resources/falcon-cam ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

Google အနုပညာများနှင့် ယဉ်ကျေးမှုများ

Google အနုပညာများနှင့် ယဉ်ကျေးမှုများတွင် နာမည်ကျော် ပြတိုက်များနှင့် အထိမ်းအမှတ်အဆောက်အအုံများ အပါအဝင် နာမည်ကျော် နေရာများကို 3D ဖြင့် ဝင်ကြည့်နိုင်သည့် ဗာကျူရယ် အစုအဝေးများ ရှိပါသည်။ နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက်၊ artsandculture.google.com/project/openheritage ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

Monterrey Bay ငါးပြတိုက်

Monterrey Bay ငါးပြတိုက်တွင် သန္တာကျောက်တန်းများ၊ ဂျယ်လီငါးများနှင့် ပင်ဂွင်းများ အပါအဝင် အဏ္ဏဝါအတွေ့အကြုံများစွာကို ကြည့်ရှုနိုင်မည့် လိုက်ဖ် ဝတ်ကင်မရာများ ရှိပါသည်။ နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက်၊ monterreybayaquarium.org/animals/live-cams သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။

Smithsonian အမျိုးသား တိရစ္ဆာန်ရုံ

Smithsonian အမျိုးသား တိရစ္ဆာန်ရုံတွင် ကိုယ်လုံးတီး ပွေးကောင်လေးများ၊ ခြင်္သေ့များ၊ ဝက်ဝံကြီးများနှင့် ဆင်များကို ကြည့်ရှုရန် လိုက်ဖ် ဝတ်ကင်မရာ လေးလုံး ရှိပါသည်။ နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက်၊ nationalzoo.si.edu/webcams သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။

Smithsonian အမျိုးသားပြတိုက်နှင့် သဘာဝသမိုင်း

Smithsonian အမျိုးသားပြတိုက်နှင့် သဘာဝသမိုင်းတွင် ၎င်းတို့၏ လက်ရှိ ပြသမှုများကို ဗာကျူရယ် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။ နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက်၊ naturalhistory.si.edu/visit/virtual-tour/current-exhibits ကို ဝင်ကြည့်ပါ

Smithsonian တက္ကသိုလ်

Smithsonian တက္ကသိုလ်တွင် ကလေးများအတွက် အွန်လိုင်းရင်းမြစ်များ ရှိပါသည်။ နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက်၊ www.si.edu/kids ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

ကျောင်းပညာရေး

ကျောင်းပညာရေးသည် ကလေးများအတွက် အိမ်တွင်း သင်ကြားရေး ရင်းမြစ်များကို စီစဉ်ပေးထားပါသည်။ နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက်၊ classroommagazines.scholastic.com/support/learnathome.html ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

[ကလေးစောင့်ရှောက်မှု အထောက်အပံ့](#)

COVID-19 ကာလအတွင်း ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ရေးကို ရှာဖွေခြင်း

အခြေခံ ဝန်ထမ်းများ၏ ကလေးများကို လောလောဆယ် လက်ခံပေးနေသည့် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကို ရှာရာတွင် အကူအညီ လိုအပ်နေပါက [Frontline Child Care ရယူနိုင်ရေး ပေါ်တယ်](#) ကို ဝင်ကြည့်နိုင်ပါသည်။ ဤဝတ်ဆိုက်သည် အခြေခံ အလုပ်သမားများဖြစ်သည့် မိဘများအား ၎င်းတို့၏ အိမ် သို့မဟုတ် အလုပ်အနီးရှိ ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ရေးကို ရှာဖွေနိုင်စေပြီး ၎င်းက လိုင်စင်ရ ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ရေး စင်တာများ၊ လိုင်စင်ရ ဂေဟာများနှင့် မှတ်ပုံတင်ထားသော ဂေဟာများ၏ မြေပုံကို ပြသပါမည်။ ၎င်း ဂေဟာနှင့် စင်တာတစ်ခုစီ၏ ဖွင့်လှစ်ချိန်များနှင့်အတူ စင်တာများတွင် အသက်အုပ်စုတစ်ခုအတွက် လစ်လပ်ဦးရေကိုပါ ပြသပါမည်။

အခြေခံ အလုပ်သမားများအတွက် ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့ငွေများ

ကပ်ဘေးကာလအတွင်း ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်မှုကို ပို၍ ရနိုင်စေရန် ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့ငွေများအတွက် ဝင်ငွေ သတ်မှတ်အဆင့်အား COVID-19 အခြေခံ အလုပ်သမားများအတွက် ပြည်နယ် ပျမ်းမျှဝင်ငွေ (SMI) ၏ 150 ရာခိုင်နှုန်းခန့်အထိ တိုးချဲ့ထားပါသည်။ ၎င်းမှာ မိသားစုဝင်လေးဦးအတွက် တစ်နှစ်လျှင် \$118,000 သို့မဟုတ် တစ်လလျှင် \$9,800 ခန့် သို့မဟုတ် ယင်းအောက် ဖြစ်ပါသည်။

အခြေခံ အလုပ်သမားများနှင့် လုပ်ငန်းများ (ဖော်ပြပါတို့သာဟု မဆိုလိုပါ) တွင် ပါဝင်သည်မှာ-

- ဆေးဆိုင်နှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ဝန်ထမ်းများ
- ရှေ့တန်းက ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းပေးနေသူများ
- အလွန်အရေးပါသော ဒေသတွင်းနှင့် ပြည်နယ် အစိုးရ ဝန်ထမ်း
- မေးလ်နှင့် ပစ္စည်းပို့ ဝန်ဆောင်မှု ဝန်ထမ်း
- ဘိုးဘွားရိပ်သာ၊ ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်မှု၊ အိမ်တွင်း ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုနှင့် အခြား တိုက်ရိုက် စောင့်ရှောက်ပေးသူများ
- ကုန်စုံဆိုင်ဝန်ထမ်း
- ဆီနှင့် ဂတ်စ်ဆိုင် ဝန်ထမ်း
- ဘဏ်ဝန်ထမ်း
- စားသောက်ဆိုင် (ကားထဲမှပင်မှာသည့်စနစ်နှင့် ပို့ဆောင်စနစ်ဖြင့်) ဝန်ထမ်း
- စစ်ဘက်ဝန်ထမ်း
- TWC သို့မဟုတ် ဘုတ်အဖွဲ့များက အခြေခံ အလုပ်သမားများဟု ယူဆသည့် အခြား အလုပ်သမားများ

ကလေးသူငယ်စောင့်ရှောက်မှုကို လုံးဝ လိုအပ်နေသည့် အခြေခံ ဝန်ထမ်းဖြစ်ပါက [ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများနှင့် မိဘများအတွက် ဝန်ထမ်းအင်အားစု ဖြေရှင်းရေး ရင်းမြစ်များ](#) သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။ သင်က ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုအတွက် သတ်မှတ်ချက်မီမီကို ဆုံးဖြတ်ရန် သတ်မှတ်ချက်မီမီ ဖောင်ကို ဖတ်ရှုပြီး ဖြည့်စွက်ပေးပါ။ သင်က ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုအတွက် အရည်အချင်းမီမီနှင့် ထောက်ပံ့ငွေများ လောလောဆယ် ရနိုင်မရနိုင်ကို ဆုံးဖြတ်ပေးမည့် Workforce Solutions Capital Area ထံမှ သတ်မှတ်ချက်မီမီ စစ်ဆေးသူက သင့်ထံ ဆက်သွယ်ပါမည်။

လူတစ်ဦးချင်း၊ ဝန်ထမ်းနှင့် မိသားစုများအတွက် COVID-19 မေးခွန်းများနှင့် လူမှုရေး ဝန်ဆောင်မှုများအပြင် အခြေခံ လိုအပ်ချက်များအတွက် 2-1-1 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

Austin တွင် COVID-19 ဆက်စပ် အစောပိုင်း ကလေးဘဝ ရင်းမြစ်များအတွက် [Success By 6 portal](#) သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။

ကပ်ဘေးနှင့် အရေးပေါ် လိမ်လည်မှုများ ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း

သဘာဝ သို့မဟုတ် လူလုပ် အရေးပေါ်ဖြစ်ရပ် ပေါ်လာပါက Texas ပြည်သူများသည် အခက်အခဲကို ကျော်လွှားရန် အချင်းချင်း ကူညီပေးပါသည်။ သို့သော် မသမာသူများက ဖြစ်ရပ်ဆိုးကို အသုံးပြုဖို့ ကြိုးစားတတ်ပါသည်။ ဖြစ်လာနိုင်သည့် ကုန်ဈေးနှုန်း ခုန်တက်ခြင်း၊ ရေကြီး၍ရေဝင်ထားသော ကားများနှင့် အခြား အရေးပေါ်ဖြစ်ရပ်နောက်ပိုင်း လိမ်လည်မှုများကို သတိထားပါ။ နောက်ထပ်လေ့လာရန် သို့မဟုတ် လိမ်လည်၍ ဆက်သွယ်မှုကို တိုင်ကြားရန် [Texas ပြည်နယ် ရှေ့နေချုပ်ရုံး၏ သုံးစွဲသူ ကာကွယ်ရေး](#) ထံ ဆက်သွယ်ပါ။

အစားအသောက် ထောက်ပံ့မှု

ဒေသတွင်း အစားအသောက် ကုန်လှောင်ရုံများနှင့် ခရိုင်ကျောင်းများက ကျွန်ုပ်တို့၏ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း အရေးပေါ် အစားအသောက် ရနိုင်ရေးအတွက် စီစဉ်ပေးနေပါသည်။ အစားအသောက် ထောက်ပံ့မှု လိုအပ်ပါက 211 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် [Connect ATX](#) သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။

တကယ်လိုအပ်နေသူများထံ အရေးပေါ် အစားအသောက် ထောက်ပံ့မှု ပေးနေသည့် အဖွဲ့အစည်းများက [ATX အရေးပေါ် အစားအသောက် စနစ်များ ဖလှယ်ရေး](#) ကို အသုံးပြု၍ စေတနာ့ဝန်ထမ်းများအပြင် အခြား ရင်းမြစ်များနှင့် ချိတ်ဆက်နိုင်ပါသည်။

ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ပတ်သက်၍ အထွေထွေ အချက်အလက်

[Austin 2-1-1](#) သည် 24 နာရီ ဆက်သွယ်နိုင်သည့် အခမဲ့ လူမှုရေး ဝန်ဆောင်မှု ဟော့လိုင်း ဖြစ်သည်။

[Austin 3-1-1](#) သည် အခြားသော အကူအညီအတွက် အထွေထွေ မေးခွန်းများအားလုံးကို ဖြေကြားပေးနေသည့် ရင်းမြစ်တစ်ခု ဖြစ်သည်။

[Aunt Bertha](#) သည် သတ်မှတ်ချက်မီသူများကို အစားအသောက်၊ အိမ်ရာ၊ သွားလာရေး၊ ကျန်းမာရေး/ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ၊ ပညာရေးနှင့် တရားရေးရာ အကူအညီ ရှာပေးသည့် ဝဘ်ဆိုက်ဖြစ်သည်။

အိမ်ရာမဲ့ ရင်းမြစ်များ

နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက် www.AustinTexas.gov/Homelessness ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

ယခုအချိန်တွင် Austin မြို့တော်သည် အိမ်ရာမဲ့နေသူများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများကို ဆက်လက်၍ ပံ့ပိုးပေးနေပါသည်။ HUD သည် ကူးပြောင်းနိုင်သော အိမ်ရာဖြင့် လူအများ သွားလာနေသည့် ကာလတိုနေရာအမျိုးအစား အားလုံးအပြင် ကျွန်ုပ်တို့၏ အရေးပေါ် ခိုလှုံရာနေရာများတွင် ဆောင်ရွက်ချက်အချို့ကို ချမှတ်နိုင်စေရန် မြို့တော်အား ထပ်ဆောင်း လမ်းညွှန်ချက်များ ပေးအပ်လျက်ရှိပါသည်။

CDC သည် Austin-Travis ကောင်တီက လိုက်နာရသည့် [အိမ်ရာမဲ့ ခိုလှုံသူများအတွက် ကြားဖြတ် လမ်းညွှန်ချက်](#) ကို စီစဉ်ပေးထားပါသည်။

အိမ်ရာ လိုအပ်ချက်များ

[ရပ်ကွက် အိမ်ရာနှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး \(NHCD\)](#) က ဖော်ပြပါတို့ အပါအဝင် ချက်ချင်း အိမ်ရာ အကူအညီဖြင့် [COVID-19 ကြောင့် ထိခိုက်နေသည့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းဝင်များကို ကူညီသွားရန် သတင်းအချက်အလက်နှင့် လွှဲပြောင်းပေးမှုများ](#) ဆောင်ရွက်ပေးနေပါသည်။

နှင်ထုတ်ခြင်း မပြုရန် သို့မဟုတ် ဖယ်ရှားခြင်းကို တားမြစ်ရန် အချက်အလက်- တရားရေးရာ အကြံပေးခြင်း၊ အခြား အိမ်ရာ၊ အိမ်ငှားနေရာပြောင်းရေး အကူအညီနှင့် ဝံ့ပိုးရေး ရင်းမြစ်များအတွက် ရင်းမြစ်များကို ဖော်ပြပေးသည်။

အိမ်ငှားခပေးရာတွင် ကူညီခြင်း/အရေးပေါ် ငွေကြေးထောက်ပံ့မှု- ဂရုန်များ သို့မဟုတ် အသုံးစရိတ်များအတွက် ချေးငွေများ၊ အငှားစရိတ်များနှင့် အပေါင်စာချုပ်ပေးငွေများ ပုံစံဖြင့် ယာယီ၊ အရေးပေါ် ငွေကြေးထောက်ပံ့မှု ပေးသည့် ဒေသတွင်း ပရိုဂရမ်များ စာရင်းကို စီစဉ်ပေးပါသည်။

အိမ်ပိုင်ရှင်များ၊ အပေါင်စာချုပ် အကူအညီနှင့် အိမ်ရာ အခွန်များအတွက် အကူအညီ- အပေါင်စာချုပ် ချေးငွေများ ငွေကြေးပြန်လည်စီစဉ်ခြင်း သို့မဟုတ် မွမ်းမံခြင်း၊ ငွေပေးချေမှုများကို လျှော့ချခြင်း သို့မဟုတ် နုတ်ရှေးခွင့်ပိတ်သိမ်းခြင်း မဖြစ်စေရန် အခြား နည်းလမ်းများဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်ချက်နှင့် အချက်အလက်ကို ဖော်ပြပါသည်။ ထို့အပြင်၊ အသက် 65 နှစ်နှင့် အထက် လူကြီးများ၊ မသန်စွမ်းသူများနှင့် စစ်ပြန်များအတွက် အိမ်ရာခြံမြေ ကင်းလွတ်ခွင့်များနှင့် အိမ်ရာ အခွန် ရွှေ့ဆိုင်းမှုများ ကဲ့သို့သော ရနိုင်သည့် ပရိုဂရမ်များနှင့် ပတ်သက်၍ နောက်ထပ်လေ့လာရန် သို့မဟုတ် အိမ်ရာ အခွန်များအတွက် ငွေပေးချေမှု အစီအစဉ် ရေးဆွဲရန် (သို့မဟုတ် ပြန်လည်ညှိနှိုင်းရန်) အိမ်ရာ ပိုင်ရှင်များကို ကူညီပေးပါသည်။

အင်တာနက်နှင့် ဒစ်ဂျစ်တယ် သုံးတတ်ရေး ရင်းမြစ်များ

နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက်၊ <https://cityofaustin.gitbook.io/decatx/deca-covid-19-community-resources> သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။

COVID-19 ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါ ကာလအတွင်း Austin လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွက် မြို့တော်နှင့် လက်တွဲလုပ်ကိုင်သူ ဒစ်ဂျစ်တယ် ပါဝင်မှု အချက်အလက်ကို မျှဝေရန် ဤရင်းမြစ်စာရင်းကို စီစဉ်ထားပါသည်။ မြို့တော်၏ ဒစ်ဂျစ်တယ် အသုံးပြုနိုင်စေသော လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွက် Austin COVID-19 လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရင်းမြစ်စာရင်းကို အမျိုးအစား လေးမျိုးဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသည်- အထွေထွေ ရင်းမြစ်များ၊ အင်တာနက် ဝန်ဆောင်မှု ဝံ့ပိုးရေး ကုမ္ပဏီ၊ ကွန်ပျူတာ ဝင်ရောက်သုံးစွဲခွင့်နှင့် အင်တာနက်နှင့် အွန်လိုင်း သင်ကြားရေး ရင်းမြစ်များကို အသုံးပြုခြင်း။

စိတ်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ

Integral Care ၏ စိတ်ရောဂါဆိုင်ရာ အရေးပေါ် ဝန်ဆောင်မှုများ အပ်ဒိတ်-

အင်္ဂါနေ့ မတ်လ 24 ရက်မှစတင်၍ Integral Care ၏ စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အရေးပေါ် ဝန်ဆောင်မှု (PES) သည် ပြဿနာအားလုံးကို ဖုန်းနှင့် တယ်လီကျန်းမာရေးဖြင့် စီစဉ်ပေးပါသည်။ တစ်ဦးချင်းတွေ့၍ ပြဿနာများကို လိုအပ်သလို ရက်ချိန်းဖြင့် စီစဉ်ပါမည်။ PES သည် အရေတကြီး စိတ်ကျန်းမာရေး ကုသမှုကို ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ PES သည် လူကိုယ်တိုင်လာရောက်၍ ပြဿနာများကို လောလောဆယ် လက်မခံပါ။ တယ်လီဖုန်းနှင့် တယ်လီကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် 512-472-4357 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာအတွက် 1 ကို နှိပ်ပြီးနောက် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝန်ထမ်းနှင့် ပြောဆိုရန် 1 ကို နှိပ်ပါ။ အချိန်များ- တနင်္လာ - သောကြာ၊ နံနက် 8 နာရီမှ ည 10 နာရီ၊ စနေ၊ တနင်္ဂနွေနှင့် ပိတ်ရက်များ၊ နံနက် 10 နာရီမှ ည 8 နာရီ

လူကြီးနှင့် ကလေး စိတ်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ အပိတ်-

Integral Care လူကြီးနှင့် ကလေး စိတ်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို တယ်လီဖုန်း သို့မဟုတ် တယ်လီကျန်းမာရေးဖြင့် ပံ့ပိုးပေးလျက်ရှိပါသည်။ တယ်လီဖုန်းနှင့် တယ်လီကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် 512-472-4357 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာအတွက် 1 ကို နှိပ်ပြီးနောက် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝန်ထမ်းနှင့် ပြောဆိုရန် 4 ကို နှိပ်ပါ။ အချိန်များ- တနင်္လာ - သောကြာ၊ နံနက် 8 နာရီမှ ညနေ 5 နာရီ

24/7 ကပ်ဘေး အကူအညီ-

ကျွန်ုပ်တို့၏ 24/7 ကပ်ဘေး အကူအညီသည် စိတ်ကျန်းမာရေး ကပ်ဘေး ရင်ဆိုင်ရနေသူများကို တစ်နေ့လျှင် 24 နာရီ၊ တစ်ပတ်လျှင် 7 ရက်လုံး ချက်ချင်း အကူအညီများ ပံ့ပိုးပေးနေပါသည်။ အကူအညီအတွက် 512-472-4357 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာအတွက် 1 ကို နှိပ်ပြီးနောက် ကပ်ဘေးအကူအညီအတွက် 1 ကို နှိပ်ပါ။

- တယ်လီဖုန်းနှင့် တယ်လီကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် 512-472-4357 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာအတွက် 1 ကို နှိပ်ပြီးနောက် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝန်ထမ်းနှင့် ပြောဆိုရန် 1 ကို နှိပ်ပါ။
- အချိန်များ- တနင်္လာ - သောကြာ၊ နံနက် 8 နာရီမှ ည 10 နာရီ၊ စနေ၊ တနင်္ဂနွေနှင့် ပိတ်ရက်များ၊ နံနက် 10 နာရီမှ ည 8 နာရီ

Integral Care ၏ မိုဘိုင်း ကပ်ဘေး ကမ်းလင့်ထောက်ကူရေးအဖွဲ့ အပိတ်-

အင်္ဂါနေ့၊ မတ်လ 24 ရက်မှစတင်၍ Integral Care ၏ မိုဘိုင်း ကပ်ဘေး ကမ်းလင့်ထောက်ကူရေးအဖွဲ့ (MCOT) သည် ပြဿနာအားလုံးကို တယ်လီဖုန်းနှင့် တယ်လီကျန်းမာရေးဖြင့် တစ်ဦးချင်း လိုအပ်သလို ရက်ချိန်းဖြင့် ပြုလုပ်သွားပါမည်။ MCOT သည် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း စိတ်ကျန်းမာရေး အခက်အခဲ စောင့်ရှောင်မှု ပေးပါသည်-

အရေးပေါ် အခြေအနေတွင် ကယ်ဆယ်ရေး (RISE) ရန်ပုံငွေများ

Austin မြို့တော် ကောင်စီသည် COVID-19 ကြောင့် ငွေကြေးအခက်အခဲ ကြုံနေရသူများထံ ချက်ချင်း တိုက်ရိုက် ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် အထောက်အပံ့ပေးရန် \$15 သန်း ခွဲဝေပေးဖို့ [ဖြေရှင်းနည်း: #20200409-81](https://www.austintexas.gov/rixe) ကို

ချမှတ်ထားပါသည်။ Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးသည် ဝန်ဆောင်မှုများကို တန်းတူညီစွာ ပံ့ပိုးပေးနေကြောင်း သေချာစေရန်နှင့် COVID-19 ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါကြောင့် ထိခိုက်သည့် အားနည်းချက်ရှိသော Austin အများပြည်သူများကို ကူညီပေးနေကြောင်း သေချာစေရန် လူမှုရေး ဝန်ဆောင်မှုများ အေဂျင်စီများနှင့် လက်တွဲလုပ်ကိုင်နေပါသည်။ ခွဲဝေပေးသော ရန်ပုံငွေများအတွက် လျှောက်ထားရန် www.AustinTexas.gov/RISE သို့ ဝင်ကြည့်နိုင်ပါသည်။ အဖွဲ့အစည်းများသည် Austin မြို့တော်နှင့် မှတ်ပုံတင်ထားသော ဆောင်ရွက်ပေးသူဖြစ်ရန်လိုပြီး ရန်ပုံငွေများအတွက် ထည့်သွင်းစဉ်းစားခံရရန် [PartnerGrants](#) မှတစ်ဆင့် လျှောက်လွှာများ တင်ထားရပါမည်။

သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် စောင့်ရှောက်ပေးသူများအတွက် ရင်းမြစ်များ

[ဗဟို Texas ၏ သက်ကြီး ဝန်ဆောင်မှုများ ကောင်စီ](#) သည် သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် COVID-19 ဆက်စပ် ရင်းမြစ်များ စာရင်းကို ပြင်ဆင်ထားပါသည်။ ရင်းမြစ်များ စာရင်းအတွက် [ဝဘ်ဆိုက်](#) ကို ဝင်ကြည့်ပါ သို့မဟုတ် သက်ကြီးသူနှင့် မသန်စွမ်းသူများ ရင်းမြစ်စင်တာ 855.937.2372 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

စစ်မှုထမ်းဟောင်းများအတွက် ရင်းမြစ်များ

[ယူအက်စ် စစ်မှုထမ်းဟောင်း ရေးရာဌာန COVID-19 ဖြေရှင်းရေး](#)

VA သည် ယခု ဖြစ်ပေါ်နေသော ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်ကို ရင်ဆိုင်ရာတွင် စစ်မှုထမ်းဟောင်းများကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးရန် တက်ကြွသော အများပြည်သူကျန်းမာရေး ဖြေရှင်းနည်းကို အကောင်အထည်ဖော်ထားပါသည်။

[စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ ကွန်ရက်](#)

စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ ကွန်ရက် (MVPN) သည် ကောင်းရာညွှန်ပေးခြင်းနှင့် လမ်းညွှန်ချက်ပေးခြင်းအပြင် စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ ရနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ရင်းမြစ်များကို ကူညီခြင်းဖြင့် လက်ရှိနှင့် ယခင် စစ်မှုထမ်းအဖွဲ့ဝင်များကို ပံ့ပိုးပေးရန် ကတိပြုလုပ်ဆောင်နေသည့် စစ်မှုထမ်းဟောင်းနှင့် စစ်မှုထမ်းဟောင်း မိသားစုဝင်များ အုပ်စုတစ်ခု ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့ အွန်လိုင်း ဝန်ဆောင်မှုများ၊ တွေ့ဆုံမှုများနှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း စုဝေးမှုများ စီစဉ်ပေးပါသည်။

[The Samaritan Center](#)

COVID-19 ကာလအတွင်း၊ Hope for Heroes သည် တာဝန်ကြောင့်ရသည့် စိတ်ဒဏ်ရာ ခံစားနေရသော စစ်မှုထမ်းအဖွဲ့ဝင်များ၊ စစ်မှုထမ်းဟောင်းများနှင့် ၎င်းတို့၏ မိသားစုများထံ ဆေးဝါးအစုနှင့် ဗာကျူရယ် အကြံပေးရေးကို ပံ့ပိုးပေးလျက်ရှိပါသည်။ Hope for Heroes ကုထုံးပညာရှင်များအား ၎င်းတို့၏ ပြည့်စုံစုံလုံလောက်သော စစ်ဘက်နှင့် စစ်ဘက်ဆိုင်ရာ မိသားစု အတွေ့အကြုံ၊ PTSD နှင့် TBI နှင့် ပတ်သက်၍ ဆေးပညာ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စစ်ဘက်အစဉ်အလာနှင့်ပတ်သက်၍ ပြည့်စုံစုံလုံလောက်မှုတို့အတွက် ရွေးချယ်ထားပါသည်။

[ဗဟို Texas စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု စနစ်](#)

ဗဟို Texas စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု စနစ် (CTVHCS) သည် VA ၏ အရေးပေါ် စီမံခန့်ခွဲမှု ညှိနှိုင်းရေး နေရာ (EMCC) ကို စတင်လုပ်ဆောင်ခဲ့ပြီး VA အဆောက်အအုံအားလုံးတွင် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စစ်ဆေးမှုများ စတင်လုပ်ဆောင်ခဲ့သည်။ VA ကျန်းမာရေး အဆောက်အအုံများသည် [CDC က ဖော်ပြသည့် စစ်ဆေးရေး စံသတ်မှတ်ချက်](#) နှင့် ကိုက်ညီသော စစ်မှုထမ်းဟောင်းများကို စစ်ဆေးပေးလျက်ရှိပါသည်။ စစ်ဆေးမှုအတွက် ငွေကြေးကောက်ခံခြင်း မရှိပါ။

[စစ်မှုထမ်းဟောင်း အိမ်ထောင်ဖက် ကွန်ရက်](#)

Texas အနှံ့အပြားမှ စစ်မှုထမ်းဟောင်း အိမ်ထောင်ဖက်များအတွက် အွန်လိုင်းနှင့် လူကိုယ်တိုင် ဖိုရမ်သည် ၎င်းတို့အတွက်နှင့် မိသားစုများအတွက် ရင်းမြစ်များရှာဖွေရာနှင့် စီစဉ်လုပ်ဆောင်ရာတွင် ချိတ်ဆက်လုပ်ဆောင်နိုင်စေရန် ကူညီပေးသည်။ ယခုအခါ VSN သည် Texas အနှံ့အပြားမှ အိမ်ထောင်ဖက် 800 ဦးအထိ ကွန်ရက်ကို တိုးချဲ့နိုင်ခဲ့သည်။

[သင်၏ ပြန်လည်ကျန်းမာရေးက အရေးကြီးပါသည်- ဗာကျူရယ် ပြန်လည်ကျန်းမာရေး ရင်းမြစ်များ](#)

မူးယစ်ဆေးစွဲခြင်းနှင့် စိတ်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ကြီးကြပ်ရေး ရင်းမြစ်များသည် ဗာကျူရယ် ပြန်လည်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ပံ့ပိုးနေသည့် အဖွဲ့အစည်းများစွာ၏ လင့်ခ်များကို မျှဝေပေးနေပါသည်။ ၎င်းတွင် ဗာကျူရယ် အဆင့် 12 ခု တွေ့ဆုံရေးများမှ ပြန်လည်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ပြောဆိုခန်းများ၊ တစ်ဦးချင်း တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေး ဝန်ဆောင်မှုများ လင့်ခ်မှ တွေ့ဆုံမှု ကျင်းပရေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်အထိ အရာအားလုံး ပါဝင်ပါသည်။

Texas Veterans' App

[Android ဖုန်းများအတွက်](#) | [Apple ဖုန်းများအတွက်](#)

ဤအခမဲ့၊ ရိုးရှင်းသော အက်ပ်လေးသည် စစ်မှုထမ်းဟောင်း အဖွဲ့ဝင်များ၊ စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ၊ ၎င်းတို့၏ မိသားစုများနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ စစ်တပ်နှင့် စစ်မှုထမ်းဟောင်းများကို ပံ့ပိုးပေးသူတိုင်းအတွက် ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းအား Lone Star State ရှိ SMVF အတွက် ရနိုင်သော ဒေသတွင်း၊ ပြည်နယ်နှင့် နိုင်ငံတော်ရင်းမြစ်များနှင့် ပတ်သက်၍ နောက်ထပ်လေ့လာရန် နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် သုံးပါ။

[Integral Care စစ်မှုထမ်းဟောင်း၊ စစ်တပ်နှင့် စစ်မှုထမ်းဟောင်း ဝန်ဆောင်မှုများ](#)

Integral Care က ဝန်ဆောင်မှုများအားလုံးကို တယ်လီကျန်းမာရေးပုံစံ ပြောင်းထားပါသည်။ စစ်မှုထမ်းဟောင်းနှင့် ၎င်းတို့၏ မိသားစုဝင်အားလုံးကတော့ VA ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် သတ်မှတ်ချက် မပြည့်မီနိုင်ပါ။ အားလုံးကတော့ Integral ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို အရည်အချင်းမီပါသည်။ VA မှ လွှဲပြောင်းပေးမှု မလိုအပ်ပါ။ ငွေပေးနိုင်မှု မသက်ဆိုင်ဘဲ ဝန်ဆောင်မှုများကို ရနိုင်ပြီး ဘာသာစကားများစွာဖြင့် ပံ့ပိုးပေးနိုင်ပါသည်။

24 နာရီ ဘုန်းကြီး ဝန်ဆောင်မှုများ

ဗဟို Texas စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု စနစ်။ အယူဝါဒနှင့် ဂိုဏ်းခွဲအားလုံးက ဤနံပါတ်သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်- (254) 743-2849 သို့မဟုတ် (254) 743-0991

[WoVeN အမျိုးသမီး စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ ကွန်ရက်](#)

WoVeN သည် COVID-19 ကာလအတွင်း ဗာကျူရယ် အချင်းချင်း ပံ့ပိုးပေးသော အုပ်စုများကို စီစဉ်ပေးနေပါသည်။ ၎င်းတို့က နှစ်လကြာတိုင်း တစ်ပတ်တစ်ကြိမ်၊ တစ်ကြိမ်တွေ့လျှင် မိနစ် 90 ကြာ တွေ့ဆုံပါသည်။ အဖွဲ့ဝင်များအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ ၁၀ ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးကို မျှဝေပြီး စဉ်းစားနိုင်စေရန်၊ အဖွဲ့တွေ့ဆုံမှုတိုင်းက ခေါင်းစဉ်အသစ်များအပေါ် အလေးထားပါသည်။

လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ရင်းမြစ်များ

Austin ရှိ HIV နှင့် STI စစ်ဆေးခြင်း၊ ကုသမှုနှင့် PrEP ဝန်ဆောင်မှုများ

- Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးနှင့် ဒေသတွင်း အဖွဲ့အစည်းများက ယခုအချိန်တွင် အခြေခံ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးများကို ဆက်လက်၍ ပံ့ပိုးပေးလျက်ရှိပါသည်။ ပံ့ပိုးပေးသော ဝန်ဆောင်မှုများမှာ အခြေအနေ တိုးတက်မှုအလိုက် ပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်။ မတ်လ 30 ရက်အရ အောက်ပါရင်းမြစ်များ ရနိုင်ပါသည်-
- Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဆေးပေးခန်း၊ 15 Waller Street သည် STI ကုသမှုနှင့် PrEP ကို ပံ့ပိုးပေးလျက်ရှိပါသည်။ STI ရောဂါလက္ခဏာတစ်ခုကို သင်ကြိုတွေ့ခံစားနေရပါက ရောဂါစစ်ဆေးမှုနှင့် ရက်ချိန်းအတွက် 512-972-5430 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ အချိန်ဇယားအလိုက် HIV/STI စစ်ဆေးမှုကို နောက်ထပ် ကြေညာချိန်အထိ ဆိုင်းငံ့ထားသည်။ အခမဲ့ ကွန်ဒုံး ပေးပို့မှုအတွက် 512-972-5580 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။
- KIND Clinic သည် ၎င်းတို့ ပုံမှန် ဝန်ဆောင်မှုများကို ဆောင်ရွက်ပေးနေပါသည်။ အခမဲ့ ဝန်ဆောင်မှုများတွင် STI စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ကုသမှု၊ HIV စစ်ဆေးခြင်းနှင့် စောင့်ရှောက်မှု၊ PrEP၊ PEP နှင့် လိင်အခြေပြု ကုသမှုတို့ ပါဝင်ပါသည်။ ကနဦး ရက်ချိန်းများမှာ ဗာကျူရယ် ဖြစ်ပြီး လိုအပ်သလို လူကိုယ်တိုင် နောက်ဆက်တွဲ တွေ့ဆုံမှု ပြုလုပ်ပါမည်။ ရက်ချိန်းအတွက် 1-833-937-5463 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ နောက်ထပ် အချက်အလက်- kindclinic.org.
- Vivent Health (Austin ၏ AIDS ဝန်ဆောင်မှုများ) သည် အခမဲ့ အိမ်သုံး HIV စစ်ဆေးပစ္စည်းကို ပေးအပ်နေပြီး ကွန်ဒုံးပို့ဝန်ဆောင်မှုများကို ရနိုင်ပါသည်။ နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက် 512-600-8378 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် CDNStore.org သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။ နောက်ထပ် အသိပေးချိန်အထိ လူကိုယ်တိုင် HIV နှင့် STI စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ကုသမှုကို ဆိုင်းငံ့ထားပါသည်။
- ကျန်းမာရေး အားဖြည့်ပေးရေး စင်တာ (CHE) သည် အခမဲ့ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို ဆက်လက်၍ ပံ့ပိုးပေးသွားပါမည်။ ဝန်ဆောင်မှုများတွင် PrEP ဝန်ဆောင်မှုများ၊ HIV နှင့် STI စစ်ဆေးခြင်းနှင့် STI ကုသမှုတို့ ပါဝင်ပါသည်။ စစ်ဆေးမှုနှင့် ရက်ချိန်းများအတွက် 512-840-1273 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။
- ASH+Well သည် အခမဲ့ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို ဆက်လက်၍ ပံ့ပိုးပေးသွားပါမည်။ ဝန်ဆောင်မှုများတွင် HIV/STI စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ကုသမှု၊ PrEP နှင့် PEP တို့ ပါဝင်ပါသည်။ စစ်ဆေးမှုနှင့် ရက်ချိန်းများအတွက် 512-467-0088 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

Austin မြို့သားများသည် COVID-19 ကူးစက်မှုကို လျော့ချရန် အိမ်တွင်နေပြီး အခြားလူများနှင့် ထိတွေ့မှုကို အနည်းဆုံး လျော့ချရပါမည်။ COVID-19 ကာလအတွင်း လိင်ဆက်ဆံခြင်းနှင့် ပွတ်သီးပွတ်သပ်နေခြင်းအတွက် အကြံဉာဏ်အချို့ပါ-

- အကြံဉာဏ် #1 COVID-19 ကူးစက်ပုံကို သိထားပါ။
- အကြံဉာဏ် #2 ခပ်ခွာခွာနေရသော်လည်း ပျော်ရွှင်အောင်နေပါ။
- အကြံဉာဏ် #3 လိင်ဆက်ဆံသူဦးရေကို ကန့်သတ်ပါ။
- အကြံဉာဏ် #4 ဘေးကင်းသော လိင်ဆက်ဆံမှုကို ကျင့်သုံးပါ။
- အကြံဉာဏ် #5 လိင်မဆက်ဆံရမည့်အချိန်ကို သိပါ။
- အကြံဉာဏ် #6 ချိန်းတွေ့ညအတွက် ဖန်တီးမှုရှိပါ။

[COVID-19 ကာလအတွင်း လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအတွက် လမ်းညွှန်ချက် အပြည့်အစုံ အင်္ဂလိပ် \(PDF\)](#)၊ [တရုတ်ရိုးရှင်း \(PDF\)](#)၊ [တရုတ်ရိုးရာ \(PDF\)](#)၊ [ဗီယက်နမ် \(PDF\)](#)၊ [မြန်မာ \(PDF\)](#)၊ [ကိုရီးယား \(PDF\)](#)၊ [အူရူဒူ \(PDF\)](#) ကို ဖတ်ပါ။

လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ဝန်ဆောင်မှုများ

Austin မြို့တော်သည် [သုံးစွဲသူများက လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ဝန်ဆောင်မှုများ ရယူရာတွင် အနှောင့်အယှက်မရှိကြောင်း သေချာစေရန်](#) လိုအပ်သော ဆောင်ရွက်မှုများ ပြုလုပ်ထားသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ သုံးစွဲသူအားလုံးအတွက် ချက်ချင်း ထောက်ပံ့မှု ရနိုင်ပါသည်။ Austin Energy သည် Austin မြို့တော် လျှပ်စစ်ဓာတ်အားသုံးစွဲမှုအားလုံးအတွက် သုံးစွဲသူကူညီရေးနှင့် ငွေတောင်းခံစနစ်ကို စီမံခန့်ခွဲပေးပြီး သုံးစွဲသူများအား ၎င်းတို့၏ လျှပ်စစ်ဓာတ်အား အသုံးစရိတ်များကို ခြေရာခံနိုင်စေမည့် ပရိုဂရမ်ပေါင်းများစွာကိုလည်း စီစဉ်ပေးလျက်ရှိပါသည်။

ရွှေ့ဆိုင်းထားသော ငွေပေးချေမှု အစီအစဉ်- သုံးစွဲသူ၏ ငွေကြေး လိုအပ်ချက်များ ပြည့်မီစေမည့် ကာလရှည် အစီအစဉ်တစ်ခုကို ရေးဆွဲရန် လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ဝန်ဆောင်မှုကုမ္ပဏီများနှင့် လုပ်ကိုင်နေသောကြောင့် သုံးစွဲသူများက လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ဝန်ဆောင်မှုများကို အနှောင့်အယှက်မရှိဘဲ ရရှိနေပါမည်။ [သုံးစွဲသူ အထောက်အပံ့ ပရိုဂရမ်များ](#)- ဝင်ငွေအကန့်အသတ်သာ ရှိသော သုံးစွဲသူများနှင့် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအရ အားနည်းချက်ရှိသည့် သုံးစွဲသူများသည် သုံးစွဲသူများအတွက် လက်ငင်းနှင့် ကျန်နေသော ဘီလ် သက်သာခွင့်ပေးမှုအတွက် အကူအညီ လက်ခံရရှိနိုင်ပါသည်။

အောက်ပါ ကုမ္ပဏီများက ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် အခြေအနေကြောင့် ငွေမပေးချေ၍ သဘာဝ ဓာတ်ငွေ ဝန်ဆောင်မှု ဖြတ်တောက်ခြင်းများကို ယာယီ ဆိုင်းငံ့ထားသည်-

- [Atmos Energy](#)
- [CenterPoint Energy](#)
- [Texas Gas Service](#)
-

Austin မြို့တော် အသုံးစရိတ် ငွေပေးချေရေး စင်တာများသည် မတ်လ 18 ရက်မှစ၍ ပိတ်ထားသည်။
[အသုံးစရိတ်များအတွက် သုံးစွဲသူများ ငွေပေးချေနိုင်မည့် အခြားနည်းလမ်းများနှင့် ပတ်သက်၍ ပိုမိုသိရှိရန်](#)
[ဤနေရာကို နှိပ်ပါ။](#)

အိမ်သုံးနှင့် လုပ်ငန်းသုံး သုံးစွဲသူများသည် မေးခွန်းများရှိပါက သုံးစွဲသူဝန်ဆောင်မှုဌာန 512-494-9400 သို့
ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

ရပ်ကွက် ဝန်ဆောင်မှုများသည် ငှားရမ်းခနှင့် အသုံးစရိတ် အကူအညီများ ပေးနေပါသည်။ ရပ်ကွက် စင်တာတိုင်းကို
အများပြည်သူအတွက် ပိတ်ထားဆဲပါ။ ဖောက်သည်များက 512-972-5780 သို့ တနင်္လာ - သောကြာ နံနက် 8 နာရီ
- နေ့လယ် 12 နာရီနှင့် နေ့လယ် 1 နာရီ - ညနေ 4:30 နာရီအတွင်း ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ အရေးပေါ်
အစားအသောက် ပို့ဆောင်ရေး ဝန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာ အကူအညီအတွက် 512-972-5133 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

[ဝန်ထမ်းအင်အားစုနှင့် လုပ်ငန်း ရင်းမြစ်များ](#)

ဒေသတွင်း အကူအညီ

[Austin စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဌာန](#) သည် [ငွေကြေးထောက်ပံ့မှု ပရိုဂရမ်များ](#) နှင့် [အရေးပေါ် အစီအစဉ်ဆွဲရေး](#)
[ရင်းမြစ်များ](#) ကို လာမည့် အပတ်များတွင် အခက်အခဲ ကြုံရနိုင်သည့် လုပ်ငန်းများအတွက် စီစဉ်ပေးလျက်ရှိပါသည်။

အထွေထွေရင်းမြစ်များအတွက် စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ဌာန [လုပ်ငန်းငယ်ဌာန](#) နှင့် [အခမဲ့ လုပ်ငန်း နည်းပြမှု](#)
[အခမဲ့ အွန်လိုင်း သင်တန်းများ](#)အပြင် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း လက်တွဲလုပ်ကိုင်သူများနှင့် ဆက်သွယ်မှုများကို
စီစဉ်ပေးနေပါသည်။

[Workforce Solutions Capital Area](#) သည် အလုပ်ရှာနေသူများကို အလုပ်ရှာတွေ့ရန် ကူညီပေးနေပါသည်။
၎င်းတို့၏ ဖုန်း 512-485-3792 သို့ ခေါ်ဆိုပေးပါ။ ချက်ချင်း လစ်လပ်မှုများအတွက် [အလုပ်ရှာသူများ](#)
[စာမျက်နှာ](#)လည်း ရှိပါသည်။

ပြည်နယ် အထောက်အပံ့

[Texas ဝန်ထမ်းအင်အားစု ကော်မရှင်](#)သည် လုပ်ငန်းစဉ် တစ်လျှောက်တွင် သင့်အား လမ်းညွှန်ရန်
အနီးကပ်သင်ပြပေးခြင်း အပါအဝင် အလုပ်လက်မဲ့ အကျိုးခံစားခွင့်များအတွက် လူအများ လျှောက်ထားနိုင်သည့်
နေရာဖြစ်သည်။

ဖက်ဒရယ် အထောက်အပံ့

Travis ကော့စ်တီရှိ လုပ်ငန်းငယ်များနှင့် အမြတ်မယူသော အဖွဲ့များက ကပ်ဘေး သက်ရောက်မှုကြောင့်
မပေးနိုင်သည့် ပုံသေအကြွေးများ၊ အကောင့်ပေးငွေနှင့် အခြား ဘီလ်များအတွက် \$2 သန်းအထိ ချေးငွေများ

ပံ့ပိုးပေးသော [ယူအက်စ် လုပ်ငန်းငယ် ကြီးကြပ်ရေး \(SBA\) ကပ်ဘေး အထောက်အပံ့ ချေးငွေ](#) ကို လျှောက်ထားနိုင်သည်။

လုပ်ငန်းငယ်များနှင့် အမြတ်မယူသော အဖွဲ့များက [လစာငွေ ကာကွယ်ရေး ပရိုဂရမ်](#) ကို ပရိုဂရမ်တွင် ပါဝင်ရန် အတည်ပြုချက်ရထားသည့် ငွေချေး အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုခုတွင် လျှောက်ထားနိုင်သည်။ သင့်ဘဏ်ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်သည် သို့မဟုတ် SBA ၏ အွန်လိုင်း ချေးငှားသူ ရှာဖွေရေး ကိရိယာဖြင့် သင့်ဧရိယာရှိ SBA အတည်ပြုချက်ရ ချေးငှားသူများကို ရှာဖွေပါ။ သင်၏ ဒေသတွင်း [လုပ်ငန်းငယ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး စင်တာ](#) သို့မဟုတ် [အမျိုးသမီးများ၏ လုပ်ငန်းစင်တာ](#) သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်ပြီး ၎င်းတို့က အခမဲ့ အထောက်အပံ့ပေးပြီး ချေးငှားသူထံ လမ်းညွှန်ပေးပါမည်။

ထပ်ဆောင်း ရင်းမြစ်များ

စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ဌာနသည် ဒေသတွင်း၊ ပြည်နယ်၊ ဖက်ဒရယ်နှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရင်းမြစ်များကို [လုပ်ငန်းငယ် ရင်းမြစ်များ လမ်းညွှန်](#) တွင် ဖော်ပြထားသည်။ COVID-19 ကြောင့် ထိခိုက်သည့် သင့်လုပ်ငန်း သို့မဟုတ် အမြတ်မယူသော အဖွဲ့အတွက် အစိုးရနှင့်လက်ငင်း ပံ့ပိုးမှုကို ရှာဖွေရန် “ကပ်ဘေး ကယ်ဆယ်ရေး” ဖြင့် စစ်ထုတ်ပါ။

ဖော်ပြပါ အမျိုးအစားများဖြင့် [လုပ်ငန်းငယ် ရင်းမြစ်များ လမ်းညွှန်](#) တွင် ရလဒ်များကိုလည်း သင်စစ်ထုတ်နိုင်သည်။ မြေတောင်မြှောက်ပေးသူ/လမ်းပြပေးသူ၊ အနုပညာ/ဂီတ၊ လုပ်ငန်းနည်းပြမှု၊ လုပ်ငန်း အစီအစဉ်များ၊ စာချုပ်ချုပ်ဆိုခြင်း၊ ပူးတွဲလုပ်ကိုင်သော နေရာများ၊ ကပ်ဘေး ကယ်ဆယ်ရေး၊ ပညာရေး၊ စွမ်းအင်၊ ရုပ်ရှင်/တယ်လီဗီးရှင်း/ဗီဒီယိုဂိမ်းများ၊ အစားအသောက် လုပ်ငန်း၊ ထောက်ပံ့ငွေ၊ ခွင့်ပြုချက်များ၊ တင်သွင်း/တင်ပို့၊ တရားရေးရာ၊ ချိတ်ဆက်တွေ့ဆုံခြင်း၊ အမြတ်မယူသော လုပ်ငန်းငယ်များ၊ စွန့်ခွာထွက်သူ၊ ပြန်သုံးနိုင်သော လုပ်ငန်း၊ သုတေသန၊ နည်းပညာ၊ ကုန်သည်အဖွဲ့များ။

ပုံနှိပ် အချက်အလက်များ

သင်ပုံနှိပ်ပြီး မျှဝေနိုင်သည့် ဘာသာစကားမျိုးစုံ ရင်းမြစ်များစွာ ရှိပါသည်။ COVID-19 ကူးစက်မှုကို ရပ်တန့်နိုင်စေရန် Austin မြို့တော်နှင့် Travis ကောင်တီ၏ မှာကြားချက်ကို အများသိအောင် ကူညီပေးပါ။ ၎င်းတွင် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံအလုပ်နှင့် အခြေခံ လုပ်ငန်း နေရာများတွင် ကြေညာထားရန် လိုအပ်သည့် မဖြစ်မနေအရေးကြီး ဆိုင်းဘုတ် ပါဝင်ပါသည်။

လှူဒါန်းမှုများ

[Austin ကပ်ဘေး ကယ်ဆယ်ရေး ကွန်ရက်](#) (ADRN) သည် အများပြည်သူထံမှ တစ်ကိုယ်ရေ အကာအကွယ်ပစ္စည်းကို ကောက်ခံရန် Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး (APH) နှင့် မြို့တော်၏ ဌာန လုံခြုံရေးနှင့် အရေးပေါ် စီမံခန့်ခွဲရေး (HSEM) တို့နှင့် လက်တွဲ လုပ်ကိုင်လျက်ရှိပါသည်။ APH နှင့် HSEM တို့သည်

လိုအပ်ချက်အပေါ် အခြေခံ၍ လှူဒါန်းထားသော ပစ္စည်းများကို ဖြန့်ဝေပေးသွားပါမည်။ Austin မြို့သားများအား အောက်ပါ ပစ္စည်းများကို လှူဒါန်းပေးပါရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

- လက်သန့်ဆေးရည် (အရွယ်အစားမရွေး)
- ဘက်တီးရီးယားသေစေနိုင်သော ဆပ်ပြာ
- N95 နှာခေါင်းစည်းများ (အသစ်)
- ခွဲစိတ်ခန်းသုံး နှာခေါင်းစည်းများ (အသစ်)
- စက်ရုံသုံး နှာခေါင်းစည်းများ (N-95 သို့မဟုတ် ဖုန်ကာ)
- ပိုးသတ်အဝတ်များ (အသစ်)
- ရာဘာစေးမပါသော လက်အိတ်များ
- မျက်လုံးအကာအကွယ် လေကာရေကာ မျက်မှန်များနှင့် ရိုးရိုးမျက်မှန်များ (NEW)
- မျက်နှာအကာများ (အသစ်)
- အကာအကွယ် ဝတ်ရုံများ (ရေစိုခံ)
- စားသောက်ရေးလုပ်ငန်းသုံး တစ်ခါသုံး လက်အိတ်များ
- သာမိုမီတာ (အသစ်သာ)၊ အထူးသဖြင့် ထိတွေ့ရန်မလိုသော အမျိုးအစားများ
- အိမ်ချုပ် နှာခေါင်းစည်းများ

လှူဒါန်းမှုများကို ADRN ရုံးချုပ်များ/HOPE Family Thrift စတိုးဆိုင်၊ 1122 East 51st Street, Austin 78723 သို့ တနင်္လာ-စနေ နံနက် 10 နာရီ - ည 6 နာရီအတွင်း လာရောက်ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

COVID-19 အန္တရာယ် အခြေပြု လမ်းညွှန်ချက်များ

Austin-Travis ကောင်တီမှာ အဆင့် 3 တွင် ရှိနေပါသည်

Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး(APH) သည် Austin-Travis ကောင်တီတွင် နေထိုင်သူများက အန္တရာယ်၏ အဆင့်များကို နားလည်နိုင်စေရန်နှင့် COVID-19 ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါ ကာလအတွင်း ဘေးကင်းစွာနေရန် လူအများ လုပ်ဆောင်ရမည့်အရာများအတွက် အကြံပြုချက်များ ပေးသွားရန် အရောင်ခြယ် ကားချပ်ကို ထုတ်ပြန်ထားသည်။

APH သည် ဒေသတွင်း လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းရှိ အန္တရာယ်၏ အဆင့်ကို ဆုံးဖြတ်နိုင်စေရန် အထိရောက်ဆုံး အချက်ပြမှုများကို စူးစမ်းလေ့လာလျက်ရှိပါသည်။ ကူးစက်ခံရသူ ဦးရေ၊ အသက်ရှူစက်များ အသုံးပြုမှု၊ သေဆုံးမှုနှင့် ထိရောက်သော ကုသမှုနှင့် ကာကွယ်ဆေး ရနိုင်မှုတို့နှင့် ပြန်လှန်ဆက်စပ်မှုတို့ကြောင့် ဆေးရုံတက်ရသူ အရေအတွက် အပေါ် အခြေခံ၍ ယာယီ အစပျိုးလုပ်ဆောင်မှုများကို ဖော်ဆောင်လျက်ရှိပါသည်။

[လမ်းညွှန်ချက်များ ကားချပ်ကို ကြည့်ပါ \(အရောင်\)](#)

COVID-19- အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေကို အခြေခံသော လမ်းညွှန်ချက်များ

အဆင့်	အဆင့်မြင့်ဆုံး ခြေစနစ်	အဆင့်မြင့်ဆုံး ခြေစနစ်	အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်း	အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်း	အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်း	အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်း	အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်း
	အဆင့် 1	•					
အဆင့် 2	•	•					
အဆင့် 3	•	•	•				
အဆင့် 4	•	•	•	•			
အဆင့် 5	•	•	•	•	•		

အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ နှင့် လုပ်ငန်းများ ဤစာရွက်တွင် ဖော်ပြထားသော သတ်မှတ်ချက်များကို အခြေခံ၍ ဤစာရွက်သည် အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် အန္တရာယ်မြင့်မားသော လုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်းကို ဖော်ပြထားသည်။ ဤစာရွက်သည် အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ နှင့် လုပ်ငန်းများကို ဖော်ပြထားသည်။

AustinTexas.gov/COVID19 ၂၀၂၀ ခုနှစ် ဇူလိုင်လ ၁၃ ရက် APH Austin Public Health

လမ်းညွှန်ချက်များ ကားချပ်ကို ကြည့်ပါ (အရောင်မခွဲနိုင်သူများအတွက်)

COVID-19- အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေကို အခြေခံသော လမ်းညွှန်ချက်များ

အဆင့်	အဆင့်မြင့်ဆုံး ခြေစနစ်	အဆင့်မြင့်ဆုံး ခြေစနစ်	အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်း	အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်း	အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်း	အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်း	အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်း
	အဆင့် 1	•					
အဆင့် 2	•	•					
အဆင့် 3	•	•	•				
အဆင့် 4	•	•	•	•			
အဆင့် 5	•	•	•	•	•		

အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ နှင့် လုပ်ငန်းများ ဤစာရွက်တွင် ဖော်ပြထားသော သတ်မှတ်ချက်များကို အခြေခံ၍ ဤစာရွက်သည် အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် အန္တရာယ်မြင့်မားသော လုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ အတွက် မှတ်တမ်းတင်ပြီး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်းကို ဖော်ပြထားသည်။ ဤစာရွက်သည် အန္တရာယ်မြင့်မားသော လူစုများ နှင့် လုပ်ငန်းများကို ဖော်ပြထားသည်။

AustinTexas.gov/COVID19 ၂၀၂၀ ခုနှစ် ဇူလိုင်လ ၁၃ ရက် APH Austin Public Health

အန္တရာယ် အခြေပြု လမ်းညွှန်ချက်များတွင် မတူညီသော အဆင့်ငါးဆင့် ပါဝင်ပြီး အနိမ့်ဆုံးမှာ အဆင့် 1 နှင့် အပြင်းထန်ဆုံးမှာ အဆင့် 5 ဖြစ်ကာ အဆင့်တစ်ခုချင်းအတွက် အကြံပြုထားသည့် အပြုအမူများ ပါဝင်ပါသည်။

အန္တရာယ်နည်းသူများကို နဂိုရောဂါအခံ မရှိသူများဟု ဆိုသူများတွင် COVID-19 ကြောင့် ထပ်တိုးရောဂါသစ်နှင့် သေဆုံးမှု ဖြစ်နိုင်ခြေနည်းသည်။ အကြံပြုချက်များကို အောက်တွင် ကြည့်ပါ-

အဆင့် 1- ကောင်းမွန်သော သန့်ရှင်းရေးကို အသုံးပြုပြီး အခြား ဖျားနေသူများနှင့် ထိတွေ့မှုကို ရှောင်ပါ။ APH သည် အများဆုံး လူစုလူဝေး ဦးရေးအတွက် အကြံပြုချက်များ ပြင်ဆင်နေပါသည်။ လူအများအား အလုပ်အားလုံးတွင် ဘေးကင်းစွာ အလုပ်ပြန်ဆင်းနိုင်သည်ဟု အကြံပြုပါသည်။

<p>အဆင့် 2- အဆင့် 1 အတွက် အကြံပြုချက်များ ပါဝင်ပြီး ဖော်ပြပါတို့ ထပ်တိုးပါဝင်သည်- အများနှင့် ခပ်ခွာခွာနေခြင်းကို ဆက်လက်လိုက်နာပြီး လူအများကြားတွင် ရက်ထည် မျက်နှာအကာအကွယ်များကို ဝတ်ပါ။ ကြိုတင်ကာကွယ်မှုများ ရှိသည့် ညစာထွက်စားမှုနှင့် ဈေးဝယ်မှု မှလွဲ၍ တခြားနေရာသို့ မသွားရန်နှင့် လူ 25 ဦးအထက်ပါသည့် လူစုကို ရှောင်ရန် အကြံပြုပါသည်။ မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပြီး ပြန်ဖွင့်ထားသည့် လုပ်ငန်းများတွင် အလုပ်ပြန်ဆင်းရန် ဘေးကင်းသည်ဟု အကြံပြုခံရသည်။</p>
<p>အဆင့် 3- အဆင့် 2 အတွက် အကြံပြုချက်များ ထည့်သွင်းပေးပြီး လူအများအား မရှိမဖြစ်မဟုတ်သော ခရီးသွားမှု၊ အများနှင့် တွေ့ဆုံမှုအားလုံးနှင့် လူ 10 ဦးအထက် စုဝေးတွေ့ဆုံမှုများကို ရှောင်ရန်လည်း အကြံပြုပါသည်။</p>
<p>အဆင့် 4- အဆင့် 2 အတွက် အကြံပြုချက်များ ထည့်သွင်းပေးပြီး လူအများမှာ "ထပ်တိုး မရှိမဖြစ်လိုအပ်သော လုပ်ငန်းများ" တွင်သာ အလုပ်ပြန်ဆင်းရန်၊ ညစာထွက်စားရန်နှင့် ဈေးဝယ်ရန် ဘေးကင်းသည်ဟု အကြံပေးပါသည်။ ဤအမျိုးအစားကို အတိုကောက် သတ်မှတ်ပါမည်။</p>
<p>အဆင့် 5- အဆင့် 4 အတွက် အကြံပြုချက်များ ပါဝင်ပြီး အိမ်ထောင်စုဝင်ပြင်ပလူ မှန်သမျှနှင့် မတွေ့ဆုံရန်နှင့် မလိုအပ်ဘဲ ဈေးမဝယ်ရန် တိုက်တွန်းပါသည်။ ဤအဆင့်တွင် အခြေခံ လုပ်ငန်းများတွင်သာ အလုပ်ပြန်ဆင်းရန် ဘေးကင်းသည်ဟု ယူဆပါသည်။</p>

အသက် 65 ကျော် သို့မဟုတ် ဆီးချို၊ သွေးတိုး၊ နှလုံးရောဂါ၊ အဆုတ်ရောဂါ၊ ကျောက်ကပ် ရောဂါ၊ အဝလွန်ခြင်း သို့မဟုတ် ကိုယ်ခံအားနည်းသူများသည် အန္တရာယ်များသူများဖြစ်သည့်အတွက် ၎င်းတို့အတွက် ထပ်တိုး ကာကွယ်ရေး ဆောင်ရွက်ချက်များကို အကြံပြုအပ်ပါသည်။

ဥပမာ၊ အနိမ့်ဆုံး အဆင့် 1 တွင်ပင် ကြိုတင်ကာကွယ်မှုများ ရှိသည့် ညစာထွက်စားမှုနှင့် ဈေးဝယ်မှု မှလွဲ၍ တခြားနေရာသို့ မသွားရန်နှင့် လူ 25 ဦးအထက်ပါသည့် လူစုလူဝေးများကို ရှောင်ရန် အန္တရာယ်များသူများအား အကြံပြုပါသည်။ အဆင့်များက 1 မှ 4 သို့ တိုးလာသည်နှင့်အမျှ အန္တရာယ်ပိုမြင့်သော လူအား အန္တရာယ်နည်းသူများထက် ပိုများသော အတိုင်းအတာအထိ စုဝေးတွေ့ဆုံမှုများ၏ ဦးရေနှင့် ၎င်းတို့၏ ညစာစားမှုနှင့် ဈေးဝယ်မှုကို ကန့်သတ်ရန် အကြံပြုပါသည်။ သို့သော် အဆင့် 5 တွင်၊ ကျန်းမာရေးအခြေအနေအထားအလိုဖြစ်ပါစေ လူအများအား ၎င်းတို့၏ လုပ်ဆောင်ချက်များနှင့် ထိတွေ့မှုကို တူညီသော အတိုင်းအတာအထိ ကန့်သတ်ပေးပါရန် အကြံပြုပါသည်။