

ကလေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် နွေရာသီ အပျော်ခရီး လမ်းညွှန်ချက်

Austin အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး (APH) တွင် COVID-19 ကူးစက်မှုကို လျှော့ချရန်နှင့် ကလေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ထမ်း၊ ကလေးများနှင့် မိသားစုများကို ဘေးကင်းစေရေးအတွက် မိဘများနှင့် အုပ်ထိန်းသူများအတွက် အောက်ပါ အကြံပြုချက်များ ရှိပါသည်။

ကလေးစောင့်ရှောက်မှု စင်တာသို့ မသွားမီ၊ သင့်ကိုယ်သင်နှင့် သင့်ကလေးတွင် ဖျားနာခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အသက်ရှူမဝခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း၊ အနံ့ သို့မဟုတ် အရသာ မရခြင်း၊ ဝမ်းလျှော့ခြင်း၊ ချမ်းစိမ့်ခြင်း သို့မဟုတ် ကြွက်သားနာခြင်း ကဲ့သို့ ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိမရှိ စစ်ဆေးပါ။



ဖျားနေသည့် ကလေးများ အိမ်မှာနေရပါမည်။



သင်၏ ကလေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုပေးသူက ပံ့ပိုးသည့် လိုက်ပို့ရေး လုပ်ထုံးများကို လိုက်နာပါ။

မိဘများနှင့် အုပ်ထိန်းသူများက မျက်နှာအကာများကို ဝတ်ဆင်ပြီး လိုက်ပို့ချိန်နှင့် လာကြိုချိန်အတွင်း အခြားလူများနှင့် 6 ပေခွာ၍ နေရပါမည်။



မိဘများနှင့် အုပ်ထိန်းသူများအတွက် အကြံပြုချက်များ-

- အသက် 6+ နှစ်အရွယ်ကလေးများက မျက်နှာအကာများကို ဝတ်ဆင်ရမည်။ အသက် 2 နှစ်အောက် ကလေးများက မျက်နှာအကာများကို မဝတ်ရပါ။
- ကလေးများသည် အိမ်ကနေထွက်မီ၊ ကလေးစောင့်ရှောက်မှု ပရိုဂရမ်တွင် ၎င်းတို့ ရှိနေချိန်အတွင်းနှင့် အိမ်ရောက်သည်နှင့် လက်များကို ဆေးကြောရပါမည်။
- သင့်ကလေးအတွက် တစ်နေ့တာ နေ့လယ်စာ သို့မဟုတ် သောက်စရာများကို သင်စီစဉ်ပုံကို သေချာ စဉ်းစားပါ။ ညနေတိုင်း သို့မဟုတ် တစ်နေ့တာ မထွက်ခွာမီ ပြန်သုံးနိုင်သော ပစ္စည်းအားလုံးကို ပိုးသတ်ပေးပါ။
- နေ့စဉ် မသန့်ရှင်းနိုင်သည့် အရပ်များကို ယူဆောင်မလာပါနှင့်။



- သင့်ကလေးကို လိုက်ပို့ပြီးနောက် လက်များကို ဆေးကြောပါ သို့မဟုတ် ပိုးသတ်ပါ။
- သင့်တွင် မသန့်စွမ်းဖြစ်သည့် ကလေးများ ရှိနေပါက၊ သင့်ကလေးများက ၎င်းတို့လိုအပ်သည့် အကူအညီကို ဆက်လက်ရယူနိုင်သည့် နည်းလမ်းနှင့် ပတ်သက်၍ လေ့လာရန် သင်၏ ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး ဝန်ဆောင်မှုပေးသူနှင့် တိုင်ပင်ပါ။
- COVID-19 ရှိနေသော်လည်း မိုင်းရပ်စ် လက္ခဏာများ မပြသသည့် ကလေးများထံမှ အသက် 65 နှစ် သို့မဟုတ် ယင်းထက်ကြီးသည့် လူကြီးများထံ ရောဂါကူးစက်နိုင်မှုကို သတိပြုပါ။

